

Kvalita života seniorů v Domově pro seniory Lukov

Iva Červinková

Bakalářská práce
2016



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2015/2016

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Iva Červinková**
Osobní číslo: **H13292**
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Andragogika v profilaci na řízení lidských zdrojů v neziskové sféře**
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Kvalita života seniorů v Domově pro seniory Lukov**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti problematiky stáří a stárnutí, kvality života, naplnění potřeb a kvality života seniorů.

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

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. Kvalita života seniorů. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. Fenomén stáří. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.

CHRÁSKA, Miroslav. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.

MŮHLPACHR, Pavel, VAĎUROVÁ, Helena. Kvalita života. Teoretická a metodologická východiska. Brno: MSD s.r.o., 2005. ISBN 80-210-3754-7.

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

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Eva Šalenová

Ústav pedagogických věd


Datum zadání bakalářské práce:

4. prosince 2015

Termín odevzdání bakalářské práce:

27. dubna 2016

Ve Zlíně dne 4. prosince 2015


doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.
děkanka




Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

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 užit své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně 15. 2. 2016

.....


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 nevydělčně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků 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 výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

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

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

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

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

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

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

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

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku 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 přihlídně k vyšší výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Tématem bakalářské práce je kvalita života seniorů v domově pro seniory Lukov. Teoretická část práce se zabývá problematikou stáří a stárnutí, kvalitou života, vymezuje životní potřeby seniorů a zaměřuje se na aktivní stárnutí a rozvoj vzdělávání ve vyšším věku. Poslední část teorie je věnována charakteristice zařízení Domova pro seniory Lukov. V praktické části práce jsou vyhodnoceny výsledky výzkumu, získané prostřednictvím dotazníkového šetření, jehož cílem bylo zjistit celkovou úroveň kvality života seniorů a jejich přístup ke vzdělání a zájem o vzdělávací aktivity. Zaměřuje se na oblast spokojenosti se životem v domově pro seniory, vztahů s okolím, trávení volného času, dále hodnotami spokojeného života a mapuje zájem seniorů o další vzdělávání. Kvalita života je důležitým fenoménem současnosti a dostává se do popředí zájmu celé společnosti. Má-li být zvýšena úroveň kvality života ve stáří, je třeba podporovat aktivní stárnutí a motivovat seniory k aktivnímu životu, vzdělávání a uplatnění ve vyšším věku.

Klíčová slova: Stáří, stárnutí, kvalita života, lidská potřeba, senior, domov pro seniory

ABSTRACT

This thesis deals with the quality of life of senior citizens in retirement home Lukov. The theoretical part deals with the problematics of aging and senior age, quality of life, states the basic life needs of senior citizens and aims on active senior life and education development in advanced age. The end of the theoretic part is dedicated to the characteristic of retirement home Lukov. In the practical part, the results of realised research are evaluated. The results were collected during the complex survey, which aim was to determine overall quality of senior citizens life and their attitude to education and educational activities. The survey targets on the level of satisfaction with life in the retirement home, personal relationships, leisure activities, values of happy life, and it maps the interest of senior citizens in further education. Quality of life is nowadays an important phenomenon and places to be amongst fore interests of the society. Should the quality of life in senior age be improved, it is necessary to support active aging and motivate senior citizens to active life, education and viability in senior age.

Keywords: Age, aging, quality of life, the people's need, senior, home for the elderly

Motto: *Zralý věk je dobou hledání smyslu a řádu, dobou moudrosti a smíření.*

P. Říčan

Mé poděkování patří vedoucí bakalářské práce Mgr. Evě Šalenové za odborné rady, podporu a trpělivost při vedení mé bakalářské práce. Dále personálu domova pro seniory za umožnění výzkumu, všem respondentům, kteří byli ochotni strávit svůj čas nad dotazníky a podělit se mnou o jejich životní příběhy. A v neposlední řadě děkuji své rodině a přátelům, kteří mi byli největší oporou.

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

OBSAH

ÚVOD.....	8
1. PROBLEMATIKA STÁŘÍ A STÁRNUTÍ.....	10
1.1 VYMEZENÍ POJMU STÁŘÍ A STÁRNUTÍ	11
1.2 PERIODIZACE STÁŘÍ.....	13
1.3 MODEL Y ADAPTACE NA STÁŘÍ.....	14
2. KVALITA ŽIVOTA.....	17
2.1 VYMEZENÍ POJMU KVALITA ŽIVOTA	17
2.2 DEFINICE KVALITY ŽIVOTA	18
2.3 DIMENZE KVALITY ŽIVOTA.....	19
3. KVALITA ŽIVOTA V KONTEXTU ZÁKLADNÍCH LIDSKÝCH POTŘEB.....	21
3.1 ŽIVOTNÍ POTŘEBY SENIORŮ	22
4. KVALITA ŽIVOTA V OBDOBÍ STÁŘÍ	25
4.1 AKTIVNÍ STÁRNUTÍ.....	26
4.2 KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ A VZDĚLÁVÁNÍ.....	27
5. CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB.....	29
5.1 DOMOV PRO SENIORY LUKOV	29
6. VÝZKUM.....	34
6.1 CÍL VÝZKUMU	34
6.2 VÝZKUMNÉ PROBLÉMY	34
6.3 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO SOUBORU	34
6.4 VÝZKUMNÉ METODY	35
6.5 STANOVENÍ VÝZKUMNÝCH OTÁZEK A HYPOTÉZY	36
6.6 VYHODNOCENÍ A INTERPRETACE DAT	36
6.7 VÝSLEDKY PRŮZKUMU A OVĚŘENÍ HYPOTÉZY	50
6.8 SHRNU TÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU A DOPORUČENÍ PRO PRA XI	52
ZÁVĚR	54
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	55
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	57
SEZNAM OBRÁZKŮ	58
SEZNAM TABULEK.....	59
SEZNAM GRAFŮ	60
SEZNAM PŘÍLOH.....	61

ÚVOD

Tématem bakalářské práce je kvalita života seniorů v Domově pro seniory Lukov. Toto téma bylo zvoleno z důvodu, že problematika stáří, stárnutí a kvality života je téma v současnosti velmi aktuální a pomalu se stává jedním ze sociálních fenoménů dnešní doby a významně zasahuje do života celé naší společnosti. Tím, jak se společnost neustále vyvíjí, vznikají nové technologie, zvyšuje se kvalita zdravotní péče, prodlužuje se délka lidského života a demografická data vypovídají o tom, že populace stárne. Život lidstva se za několik posledních desítek let stal kvalitnějším a změnily se i nároky a potřeby člověka nejen v mladém věku, ale i ve stáří. Nemůžeme proto srovnávat potřeby seniora v minulosti s potřebami dnešními. Z toho důvodu je nutno usilovat jak o lepší pochopení jejich potřeb, tak také faktorů, které kvalitu života ovlivňují. Kvalita života seniorů je z hlediska jednotlivých seniorů velmi subjektivní a individuální pojem. Je ovlivněna životními zkušenostmi i životními podmínkami a jejich subjektivním vnímáním. Proto je nutno přistupovat ke zkoumání kvality života seniorů komplexně.

Teoretická část práce se zabývá problematikou stáří a stárnutí, definuje pojem stáří a modely adaptace na stáří. Dále se věnuje kvalitě života, definicím a dimenzím kvality života, důležitým lidským potřebám a životním potřebám ve starším věku. Další část se zabývá aktivním stárnutím a vlivem vzdělávání na kvalitu života seniorů. Závěr teoretické části práce charakterizuje zařízení domova pro seniory.

V praktické části práce je zpracován vlastní průzkum, který je zaměřen na subjektivní vnímání kvality života seniorů v domově pro seniory. Cílem výzkumu je identifikace důležitých životních hodnot seniorů, zjištění úrovně kvality života seniorů a jejich postojů k možnostem dalšího vzdělávání v seniorském věku.

K volbě tohoto tématu bakalářské práce vedl autora pozitivní vztah ke stáří a starým lidem a vědomí, že má-li být zvýšena kvalita života ve starším věku, musí být seniorům poskytnuta příležitost pro uplatnění, vzdělávání a aktivní život, a tak vytvořeny podmínky pro aktivní a spokojené stárnutí. Snahou je na základě získaných poznatků popsat hodnoty spokojenosti, kvalitu života a zájem o vzdělávání v seniorské populaci.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. PROBLEMATIKA STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Problematika stáří, stárnutí a života seniorů je sociálním fenoménem 21. století a v posledních letech, vzhledem k demografickému vývoji společnosti, tématem stále aktuálnějším. Stárnutí a stáří je jevem celospolečenským i zcela individuálním. V současné společnosti ve vztahu ke stárnutí a stáří lze nalézt dva základní aspekty, a to snahu o prodloužení života, snahu o prodloužení věku, kdy je člověk aktivní a snahu o zvýšení kvality života ve stáří. „Vlivem demografického vývoje přibývá seniorů relativně (poklesem natality), absolutně (prodlužováním střední délky života) a v pokročilém stáří prodlužováním života ve stáří. Vzhledem k těmto skutečnostem vzbuzuje problematika všech oblastí života seniorů zájem odborníků a představitelů veřejného života, protože stárnutí populace je součástí demografické revoluce“ (Mühlpacher, 2004, s. 31).

Stárnutí je zákonitým procesem postihujícím každého člověka bez výjimky. Znamená období růstu, zrání i ztrát, období působení času na člověka. Současně je to pojem mající pro každého jednotlivce jiný rozměr. „Stárnutí je závěrečnou fází lidského vývoje, je třeba ho posuzovat jako součást kontinuální proměny“ (Stuart-Hamilton, 1999, s. 18).

Dle Mühlpachra (2008, s. 18) je stárnutí celoživotním procesem s tím, že involuční projevy začínají být znatelnější zhruba od přelomu 40. a 50. roku věku jedince. Autorem, který usiluje v rámci dané problematiky o objasnění rozdílu mezi obdobími stárnutí a stáří, je Vladimír Pacovský. Ten považuje stárnutí z ontogenetického hlediska za „přechodné období mezi dospělostí a stářím, za tzv. biologické „předpolí stáří“ (Pacovský, 1990, s. 29). Stárnutí současně označuje za „proces disociovaný, dezintegrovaný a asynchronní. Stárnutí má vysoce individuální charakter. Každý jedinec stárne podle vlastního programu“ (Pacovský, 1990, s. 33-34).

Z hlediska biologického lze stárnutí označit za „souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu podmiňujících jeho zvýšenou zranitelnost, spojených s poklesem výkonnosti a schopnosti jedince a kulminujících v terminálním stádiu a ve smrti“ (Langmeier a Krejčířová, 2006, s. 202).

V současné době neexistuje jednotná definice stárnutí, protože „stárnutí je velmi složitý multifaktoriální děj. Je výslednicí vzájemného působení genetických podmínek a faktorů zevního prostředí“ (Pacovský, 1990, s. 30).

V průběhu celého vývoje lidstva se člověk snažil vysvětlit podmínky a příčiny procesu stárnutí, což vedlo ke vzniku mnoha vědeckých teorií současnosti. Poznatky získané z těchto teorií a s nimi souvisejících výzkumů mohou pomoci prodloužení věku a kvalitě života člověka.

1.1 Vymezení pojmu stáří a stárnutí

Stáří je poslední etapou života, fází, která bývá označována jako „postvývojová, protože již byly realizovány všechny latentní schopnosti rozvoje“ (Bromley, 1988 cit. podle Stuart-Hamilton, 1999, s. 22). „Přináší nadhled a moudrost, pocit naplnění, ale také úbytek energie a nezbytnou proměnu osobnosti“ (Vágnerová, 2007, s. 299).

Stáří je obecným označením pozdních fází ontogeneze, přirozeného průběhu života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů modifikovaných dalšími faktory (především chorobami, životním způsobem a životními podmínkami) a je spojeno s řadou významných změn sociálních (osamostatnění dětí, penzionování a jiné změny sociálních rolí). Všechny změny příčinné i následné se vzájemně prolínají, mnohé jsou protichůdné, a jednotné vymezení a periodizace stáří se tak stávají velmi obtížnými. Je to proces individuální, který probíhá se značnou interindividuální variabilitou (každý člověk stárne do určité míry svým tempem) danou nejen různou genetickou výbavou, ale také různými životními podmínkami, interakcemi s prostředím, odlišným zdravotním stavem a životním stylem. (Mühlpacher, 2004, s. 18-22)

„Nejběžnějším měřítkem stárnutí je **chronologický (kalendářní) věk** (jednoduše řečeno údaj, jak je člověk starý). Ten je sám o sobě bez informace, neboť jde v podstatě o náhodně zvolenou míru. Počet oběhů Země kolem Slunce počítaný od okamžiku narození neřekne o člověku nic, pokud tento časový údaj není korelován s dalšími, funkčnějšími údaji. Chronologický věk koreluje s jinými mírami, ale míra této korelace je někdy velice malá. Věk například koreluje relativně slabě s tělesnými změnami. Známe sedmdesátníky, kteří odpovídají stereotypu starého člověka (šedé vlasy, vráscitá kůže atd.). Existují však i „zachovalí“ jedinci, kteří tyto znaky postrádají (agerázie), či mladší lidé, kteří je vykazují velice časně a o nichž se říká, že jsou „předčasně zestárlí“. Chronologický věk proto nemůže být pokládán za spolehlivý prediktor životního stavu konkrétního jedince, přinejlepším může naznačovat stav průměrného člověka“ (Stuart-Hamilton, 1999, s. 19).

„Další běžně používanou mírou je **sociální věk**. Vztahuje se ke společenskému očekávání chování přiměřeného určitému biologickému věku“ (Stuart-Hamilton, 1999, s. 19). Sociální stáří je období vymezené kombinací různých sociálních změn či splněním určitého kritéria – nejčastěji dosažení věku, v němž vzniká nárok na odchod do starobního důchodu. Sociální stáří je dáno změnou rolí, životního způsobu i ekonomického zajištění. Stáří je v tomto smyslu chápáno jako sociální událost, v jejímž průběhu dochází ke změně sociálního statusu jedince.

Biologické stáří je „konkrétní označení míry involučních změn (atrofie, pokles funkční zdatnosti, proměna kognitivních funkcí, změny regulačních a adaptačních mechanismů). Biologické stáří lidí je většinou daleko vyšší než jejich kalendářní věk“ (Tošnerová, 2009, s. 13). „Výraz biologický věk poukazuje na objektivní stav fyzického vývoje či degenerace. Obecně je tento pojem užíván poměrně volně k vyjádření celkového stavu lidského organismu. Je třeba si uvědomit, že úpadek funkcí nezačíná ve stáří, ale již v rané dospělosti, neboť většina tělesných soustav vykazuje po třicátém roce věku každoročně úbytek funkce přibližně o 0,8 až 1 procento. Průběh této degenerace je velmi pozvolný, a protože je většina tělesných soustav programově předimenzována, nezaznamená běžný pozorovatel až do šesté dekády života žádnou změnu“ (Stuart-Hamilton, 1999, s. 22). Vágnerová (2007, s. 314) tvrdí, že změny kognitivních funkcí ve stáří nejsou jen biologicky podmíněné, ale mohou je ovlivnit i psychosociální faktory.

Rabušic (1995, s. 143) definici stáří spojuje s věkem. Starým se podle něj stává člověk po dovršení věku, který dle Světové zdravotnické organizace činí 65 let. Z pohledu sociálního je pak za starého označován jedinec, jenž přestává být aktivní v pracovním procesu a začíná pobírat starobní důchod. „Jedná se o kategorii starých osob, definovaných jako závislá skupina, jejíž členové by již neměli pracovat, ale naopak potřebují ekonomickou a společenskou asistenci, kterou mají poskytovat mladší členové společnosti“ (Rabušic, 1995, s. 143). Opačného názoru je Vladimír Pacovský (1990, s. 16), který tvrdí, že stáří není možné v žádném případě ztotožňovat se zákonným nárokem na starobní důchod.

„Problematika stáří je vždy komplexní. Má současně tvář biologickou, psychologickou i sociální“ (Pacovský, 1990, s. 11). Stáří je výsledkem procesu stárnutí, je životním obdobím spojeným s množstvím změn, ať již fyzických, psychických či sociálních. I přes množství specifických a mnohdy i negativních aspektů jej lze však vnímat i jako období moudrosti a

životních zkušeností. Záleží tedy na každém člověku, jakým způsobem stáří přijme, zda se bude snažit hledat i pozitivní stránky života ve stáří a tím pomůže značnou měrou k přijetí vlastního stáří a současně ke kladnému mezigeneračnímu dialogu.

1.2 Periodizace stáří

Existuje celá řada segmentací, členících stáří do jednotlivých etap. Nejčastěji je stáří vymezováno chronologicky. Dle Světové zdravotnické organizace je základní klasifikace vyššího věku následující:

45–59 let - střední, zralý věk,

60–74 let - vyšší věk nebo také rané stáří,

75–89 let - stařecký věk

90 let a výše - dlouhověkost.

Toto rozdělení stáří uvádí i Pacovský (1990, s. 16). Také Příhoda člení životní dráhu do patnáctiletých cyklů (Švancara, 1983, s. 17). Nakonečný naopak dělí stáří pouze na dvě vývojová období a to na počáteční stáří od 60 do 75 let a na pokročilé stáří od 75 let (Čížková, 1999, s. 130). Vágnerová (2007, s. 299) pak tato období nazývá obdobím raného stáří (60-75 let) a obdobím pravého stáří (75- a více let). Švancara (1983, s. 18) klasifikuje věkovou etapu stáří do dvou období, a to zralou dospělost (presenium) 46/48 – 65 let a stáří (senium) více jak 65 let, z toho vysoký věk nad 80 let.

V praxi je používán (např. pro určení věku nároku na starobní důchod) věk kalendářní, který je odvozen z data narození. „Kalendářní věk ovšem nic nevyovídá ani o zdravotním stavu ani o soběstačnosti starého člověka“ (Dvořáčková, 2012, s. 11). Haškovcová (1989, s. 23) uvádí, že rychlost stárnutí je ovlivňována mnoha faktory, a to jak biologické, psychické tak i sociální povahy. „Rozhodující je tzv. skutečný věk člověka, který odpovídá věku funkčnímu“ (Haškovcová, 1989, s. 23). „Funkční věk odpovídá skutečnému funkčnímu potenciálu člověka. Nemusí být totožný s věkem kalendářním, všichni lékaři znají „mladé starce“ a „staré mladíky“. Funkční věk má charakteristiky biologické, psychologické a sociální“ (Pacovský, 1990, s. 16). „Stárnutí a stáří je záležitostí velmi individuální, a to z hlediska času, rozsahu i závažnosti projevů. Lidé stárnou různým tempem, někdo rych-

leji, jiný podstatně pomaleji“ (Dvořáčková, 2012, s. 11). Pacovský (1990, s. 17) dále uvádí, že při posuzování starého člověka bychom se měli řídit právě věkem funkčním.

1.3 Modely adaptace na stáří

Osobnost seniora je utvářena celým jeho předchozím vývojem, životem v primární rodině, kde se učil vytvářet vztahy k lidem, způsobem života, ale také životními zkušenostmi a schopnostmi adaptace na zátěžové situace (Dvořáčková, 2012, s. 16). Také Pacovský (1990, s. 41) uvádí, že o reakci a adaptaci člověka na stáří rozhoduje komplex různých činitelů. „Významná je osobnost jedince v průběhu celé životní dráhy, protože lidský život má svou neopomenutelnou kontinuitu“ (Pacovský, 1990, s. 41).

Nejznámější modely zvládnání vlastního stáří uvedl v roce 1966 Bromley, který zavádí tzv. „pět strategií adjustace na stáří“:

strategie konstruktivnosti - je ideální forma adaptace na stáří a akceptace stáří. Jedinec se dokáže vyrovnat s omezeními, které mu stáří přináší. Snaží se být aktivní, dle Švancary (1983, s. 43), se jedná o koncepci aktivního stáří, navazuje nové vztahy, stávající vztahy udržuje. Stanovuje si přiměřené cíle, je přizpůsobivý a tolerantní vůči druhým. Takový člověk snadno navazuje kontakty, má smysl pro humor, vyzařuje z něj optimismus a spokojenost. Přizpůsobuje se životním změnám a reálně přijímá možnosti budoucího života ve stáří (Haškovcová, 1989, s. 114–115),

strategie závislosti – jedinec vyznávající tento způsob směřuje více k pasivitě a závislosti než k aktivitě a soběstačnosti. Spoléhá na pomoc druhých a nechce nic rozhodnout sám. Má rád své soukromí, odpočinek, pohodlí a bezpečí. Je pod vlivem svého okolí, partnera či dětí a tato role mu vyhovuje. To může být destruktivní v případě, kdy děti mají názory v rozporu s potřebami seniora (Dvořáčková, 2012, s. 17),

strategie obranná - tuto strategii zaujímají lidé, kteří byli zpravidla profesionálně a společensky velmi úspěšní a neradi přijímají myšlenku na odchod do důchodu. Takový člověk odmítá přijmout změny stáří. Dokazuje svou soběstačnost přehnanou aktivitou a odmítá pomoc druhých. Příliš kontroluje své emoce, lpí na svých zvyklostech a nechce nic měnit. Bývá konfliktní a chce mít moc nad prostředím, ve kterém se pohybuje (Dvořáčková, 2012, s. 17),

strategie hostility – takový člověk je nepřátelský vůči všem a všemu. „V předcházejícím životě měl sklon svalovat vinu za své neúspěchy na jiné, v jednání s lidmi byl agresivní a podezřívavý. Je otrokem svých zvyků, neústupný v postojích a hodnocení. Má silný odpor k představě stáří a mnohdy mu chybí schopnost realisticky a konstruktivně reagovat na problémy stáří“ (Pacovský, 1990, s. 42). Ve stáří hledá viníky své životní prohry a ze svých neúspěchů obviňuje lidi kolem sebe. „Je obětí svého života, chce být litován. Je často agresivní, podezřívavý, stále si na něco stěžuje a vyhledává konflikty. Nerozumí si s mladými lidmi, jako by jim záviděl jejich mládí“ (Dvořáčková, 2012, s. 17),

strategie sebenenávisti – tento typ strategie se odlišuje od předchozí tím, že člověk své nepřátelství, nenávist a zlobu obrací proti sobě samému. Je kritický vůči vlastní osobě, svůj život hodnotí jako prohru. Tito lidé mají sklon k depresím a častým tématem je smrt jako vysvobození. Ve svém životě měli neuspokojivé vztahy s rodiči, partnerem, na pracovišti. Nevyhledávají sociální kontakty a trpí pocitem osamělosti. K životu zaujímají kritický a pohrdavý postoj. „Smiřují se sice s faktem stáří, ale nedovedou k němu zaujmout konstruktivní postoj“ (Pacovský, 1990, s. 42). „Tito lidé jen zřídka mají koníčky, netouží nic dělat a o nic se snažit. U těchto jedinců je těžké najít pozitivní přístupy, a tak nezbývá než tyto postoje akceptovat“ (Dvořáčková, 2012, s. 18).

V životě se vyskytují různé variace a kombinace výše uvedených strategií, čistý typ neexistuje. „Podstatné je, že o tom, jaká strategie bude v období stáří převažovat, rozhoduje nejen předchozí životní zkušenost, ale i samotná povaha člověka. Charakteristické rysy povahy, jakkoliv jsou dané, jsou také zároveň ovlivnitelné. Záleží jen na samotném jedinci, zda bude v průběhu svého života kladné povahové rysy zesilovat a rozvíjet a tím vědomě a účinně potlačovat ty nežádoucí a negativní“ (Haškovcová, 1989, s. 116).

Rozvojem pozitivních vlastností, aktivním přístupem k životu si jedinec už v průběhu celého života osvojuje koncepci aktivního stáří, která odpovídá konstruktivní strategii stárnutí. „Faktorem, určujícím úspěšné vyrovnání se s etapou stáří, není jen kvalita osobnostních rysů a schopností člověka, nýbrž objektivita reálné budoucnosti“ (Haškovcová, 1989, s. 118). Také Švancara (1983, s. 92) uvádí, že „úspěšná adaptace na stárnutí je spojena s osobní budoucností“. „Starý člověk nemůže žít jen v minulosti. Musí mít program a reálnou, specifickou perspektivu“ (Pacovský, 1990, s. 41). Pacovský (1990, s. 41) také dále uvádí, že stáří neznamena ztrátu programu. Činorodý život seniora je dán rozvíjením všech přiměřených forem fyzických a duševních aktivit. Dle Švancary (1983, s. 92) vytváření

„perspektivní zóny“ pro starého člověka a hledání možností sebeuplatnění ve starším věku je jedním z důležitých úkolů současné společnosti i samotného jedince.

Stáří je výsledkem přirozeného procesu stárnutí, je závěrečnou životní etapou, která je spojena jak s úbytkem fyzických a duševních sil, tak i s množstvím sociálních změn. Na druhé straně je však obdobím moudrosti a životních zkušeností, které stárnoucí populace v rámci sociální interakce předává mladším generacím a tím se výrazně podílí na rozvoji mezigeneračního dialogu. Důsledkem zvyšování kvality života je prodlužování délky lidského života a tím zvyšování počtu stárnoucí populace. Úkolem současné společnosti je motivovat seniory k aktivnímu životu, zdravému životnímu stylu a tím přispět ke smysluplnému a kvalitnímu prožití této životní etapy.

2. KVALITA ŽIVOTA

Kvalita života je složitý a velmi široký pojem, který nabývá v posledních letech značného celospolečenského významu. V současné době se kvalita života stala nedílnou součástí všech vědních oborů. Odborníci z řady vědních oborů se zabývají zkoumáním kvality života a způsoby jejího měření. „Předmětem výzkumů zabývajících se kvalitou života je především životní spokojenost, která se považuje za jednu ze tří složek osobní pohody (well-being), vedle negativních a pozitivních pocitů. Na základě výzkumů bylo zjištěno, že k vyšší úrovni spokojenosti přispívá dobrý zdravotní stav, manželství, samostatné bydlení a sociální zapojení“ (Dragomirecká, 2009, s. 9).

2.1 Vymezení pojmu kvalita života

Podle Svobodové (2007, s. 1) je pojem kvalita života těžko uchopitelný pro svou multidimenzionalitu a komplexnost. Dotýká se pochopení lidské existence, smyslu života a samotného bytí. Zahrnuje hledání klíčových faktorů bytí a sebepochopení. Zkoumá materiální, psychologické, sociální, duchovní a další podmínky pro zdravý a šťastný život člověka. Komplexní pohled na život postihuje jak vnější podmínky, tak i vnitřní rozměry člověka.

Také Mühlpachr a Vaďurová (2005, s. 5) uvádí, že pro svoji multidimenzionalitu, kulturní podmíněnost, dynamismus a velký subjektivní charakter není kategorie kvality života založena na jednoznačném teoretickém základu.

Kvalita života je pojem, používaný v mnoha oblastech lidské činnosti. Podle Dragomirecké a Prajsové (2009, s. 9) může zahrnovat charakteristiku přírodního a sociálního prostředí člověka, jeho fyzický a psychický stav, otázky smyslu a užitečnosti života i subjektivní hodnocení života v pojmech osobní pohody a spokojenosti. Dragomirecká a Bartoňová (2006, s. 9) dále uvádí, že definování pojmu kvalita života a jeho vymezení vzhledem k příbuzným oborům se po dlouhou dobu vyznačovalo nejednoznačností.

„Koncept kvality života se v posledních dvaceti letech stal nedílnou součástí všech vědních oborů, nejen ekonomických a politických ale stal se i součástí společenských věd (sociologie, psychologie), lékařství, ošetrovatelství i pedagogiky“ (Mühlpachr a Vaďurová, 2005 s. 5).

2.2 Definice kvality života

Samotný pojem kvality života bývá definován nesčetnými způsoby. V současnosti existuje mnoho vědeckých teorií, zabývajících se problematikou kvality života z různých aspektů. Při definování pojmu kvality života však panuje nejednotnost a nejednoznačnost. „Je zřejmé, že vymezení konceptu jednotné definice kvality života bude velmi obtížné“ (Mühlpachr a Vaďurová, 2005 s. 5).

Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje kvalitu života „jako jedincovu percepci jeho pozice v životě v kontextu své kultury a hodnotového systému a ve vztahu k jeho cílům, očekáváním, normám a obavám. Jedná se o velice široký koncept, multifaktoriálně ovlivněný jedincovým fyzickým zdravím, psychickým stavem, osobním vyznáním, sociálními vztahy a vztahem ke klíčovým oblastem jeho životního prostředí“ (Mühlpachr a Vaďurová, 2005, s. 11).

Existují různé přístupy k vymezení kvality života. V centru psychologického zkoumání je předmětem zájmu prožívání, hodnocení a myšlení člověka, jeho potřeby a přání, možnost seberealizace a sebehodnocení, z pohledu sociologie se jedná o vymezení oblasti životní úrovně, způsobu života a životního stylu, které s kvalitou života přímo souvisejí. Důležitý je také ekologicko-environmentální rozměr kvality života, neboť přírodní podmínky přímo ovlivňují život člověka (Mühlpachr a Vaďurová, 2005, s. 24-34).

„Nejvíce je kvalita života ve stáří spojována s pojmem **zdraví**. Ústava Světové zdravotnické organizace definuje zdraví jako „stav úplné fyzické, psychické a sociální pohody, ne pouze absenci choroby“. Z této definice vyplývá, že nástroje pro měření zdraví musí obsahovat nejen ukazatele změn ve vážnosti nemoci, ale také odhad celkové spokojenosti“ (Mühlpachr a Vaďurová, 2005, s. 11). Z uvedené definice zdraví dle WHO vychází i Nagpal, který ji vymezuje jako „komplexní měření fyzické, psychické a sociální pohody, štěstí, spokojenosti a naplnění tak, jak je vnímána každým jedincem nebo skupinou.“ (Mühlpachr a Vaďurová, 2005, s. 12).

Zdraví a kvalita života spolu souvisejí a ve vyšším věku jsou do značné míry podmíněny životními podmínkami, událostmi a rozhodnutími v dětství a dospělosti, včetně životního prostředí a životního stylu. Celoživotní přístup ke zdraví znamená věnovat pozornost specifickým rizikům v kritických fázích života a zaměřit se na specifické potřeby v různém věku. Přestože celoživotní přístup klade důraz na prevenci, do které patří i vzdělávání v oblasti zdraví, je nezbytné také přijetí adresných opatření k nápravě a kompenzaci již

vzniklých poruch a rizik. Zdraví a kvalitu života lze ovlivnit a zvýšit v každém věku (MPSV, 2008).

Zdraví je ovšem pojem pouze relativní a je každým jedincem posuzováno jinak. V průběhu celé historie lidstva zastává zdraví jedno z předních míst v hierarchii hodnot člověka, neboť umožňuje nejenom naplnění života, dosažení a udržení stavu spokojenosti a štěstí, ale též plnohodnotné uplatnění ve společnosti.

„Měření kvality života se neomezuje pouze na jednotlivce. V makro-rovině jde otázky kvality života velkých společenských celků, např. států či celých kontinentů, V mezo-rovině se jedná o měření kvality života v malých sociálních skupinách a na personální úrovni se jedná o kvalitu života jednotlivce“ (Mühlpachr a Vaňurová, 2005, s. 15).

2.3 Dimenze kvality života

Ke konceptu kvality života můžeme přistupovat ze dvou hledisek, subjektivního a objektivního. **Objektivní kvalita života** monitoruje sociální podmínky života, sociální status, materiální zabezpečení a fyzické zdraví. Je jí tedy možno vymezit jako soubor sociálních, ekonomických, zdravotních a enviromentálních podmínek ovlivňujících život člověka. **Subjektivní kvalita života** sleduje, jaké je jedincovo vnímání vlastního postavení ve společnosti v kontextu jeho kultury a hodnotového systému. Výsledná spokojenost je tedy závislá na jeho osobních cílech, očekáváních a zájmech. Z dosavadních výzkumů vyplývá, že subjektivní a objektivní hlediska hodnocení poskytují odlišná data, obě jsou však nepostradatelnou součástí celkového hodnocení kvality života (Mühlpachr a Vaňurová, 2005, s. 17-18).

Podle Svobodové (2007, s. 1) byla předmětem výzkumu kvality života z počátku především materiální stránka života společnosti jako celku (založené na objektivizovaném pojetí kvality života), postupně však můžeme zaznamenat silící proud výzkumu nematerialistické stránky a posun k subjektivnímu vnímání a hodnocení kvality života samotného jedince.

WHO na základě výše uvedené definice kvality života člení jednotlivé oblasti kvality života do čtyř základních oblastí, které vystihují dimenze lidského života:

- Fyzické zdraví a úroveň samostatnosti,
- Psychické zdraví a duchovní stránka,
- sociální vztahy,
- prostředí (Mühlpachr a Vaňurová, 2005, s. 18-19).

Závěrem lze konstatovat, že studium kvality života je novým interdisciplinárním oborem, v oblasti definice kvality života však neexistuje jednoznačná shoda. Existuje mnoho pokusů o komplexní definování kvality života, ale protože kvalita života je důsledkem interakce mnoha faktorů, dosud nebyla nalezena jednoznačná definice. Pro hodnocení kvality života má značný význam konkrétní přístup jedince, neboť každý člověk hodnotí kvalitu života individuálně podle svých životních hodnot, v kontextu vlastní kultury, svých cílů, očekávání a zájmů. Koncept kvality života nabývá v současné době na významu a stává se centrem pozornosti celé společnosti.

3. KVALITA ŽIVOTA V KONTEXTU ZÁKLADNÍCH LIDSKÝCH POTŘEB

Na počátku je nutno definovat, co je to potřeba a čím se vyznačuje lidská potřeba? Obecně je potřeba definována jako stav nedostatku nebo nadbytku něčeho zcela konkrétního a pro člověka značně důležitého. Nakonečný (1995, s. 125) vysvětluje pojem potřeba jako základní formu motivu, a to ve smyslu nějakého nedostatku v sociální či biologické dimenzi bytí.

Jak Nakonečný (1998, s. 469) uvádí, nejznámější teorii týkající se lidských potřeb vytvořil americký psycholog A. H. Maslow (1954). Tato hierarchická teorie potřeb je založena na pořadí, ve kterém se lidské potřeby projevují. Začíná základními fyziologickými potřebami, následují potřeby jistoty a bezpečí, dále sociální potřeby a potřeby uznání, které vedou až k potřebám seberealizace. „Toto uspořádání je dáno vývojově (základní a vývojově vyšší potřeby) a naléhavostí, s jakou vystupují ve vědomí. Maslow tvrdil, že pokud má jedinec ve svém vývoji dospět k hierarchicky vyšším potřebám, musí před tím uspokojit potřeby hierarchicky stojící níže“ (Nakonečný, 1998, s. 469). Toto hierarchické uspořádání bývá nejčastěji zobrazováno ve formě pyramidy:



Obr. č. 1 Maslowova pyramida potřeb

Ne vždy ale platí, že v případě uspokojení nižší potřeby se pozornost jedince soustředí na uspokojení potřeby vyšší. Je-li vlivem okolností či vnějšího prostředí uspokojování nižších potřeb omezeno (např. v tíživých životních situacích), může uspokojování potřeb vyšších (duchovních, estetických) napomáhat v krajních situacích lidského života. Nejvyšší pozici má potřeba seberealizace. „Maslow ji charakterizuje jako potřebu realizovat svůj lidský

potenciál, jehož podstatnou složkou je tvořivost, tzn. jako lidskou snahu, která usiluje o naplnění života využíváním vlastních schopností a dovedností“ (Nakonečný, 1998, s. 469).

„Pocit životní pohody, spokojenosti a štěstí vzniká tehdy, jsou-li uspokojeny potřeby člověka v dané životní fázi významné a není-li ohroženo jejich uspokojování v nejbližší budoucnosti“ (Wolf, 1982, s. 167). Z toho vyplývá, že kvalita života je také o potřebách, jejich uspokojování, o hierarchii hodnot jedince. Během života se potřeby člověka mění, a to z hlediska kvality i kvantity v závislosti na čase a ve vztahu k prostředí. Vnitřní potřeby člověka jsou individuální a jsou vnímány rozdílně, v závislosti na věku, sociálním zařazení, či osobnosti jedince.

„Člověk je tvor společenský, a proto se úspěšnost jeho celkové adaptace posuzuje především podle toho, nakolik se mu daří uvést do souladu své životní potřeby a způsob jejich uspokojování s požadavky společnosti a s podmínkami svého společenského prostředí“ (Wolf, 1982, s. 166).

Člověk je motivován svými vnitřními potřebami. Motivace člověku pomáhá k dosahování určitých potřeb, je v tomto smyslu hybnou silou. Nenaplněné potřeby snáší každý jedinec individuálně, pro někoho může nenaplněná potřeba znamenat nespokojenost či frustraci, pro jiného vyšší motivaci k dosažení svého cíle. Potřeby jsou tedy zdrojem k pochopení lidského chování. „Většina potřeb je v dnešní společnosti zprostředkována v takové míře, že původní biologický základ ztrácí na významu. Do popředí vstupují potřeby nové, jako je potřeba řízení a rozhodování, potřeba integrace, ale také potřeba majetku a určitého statusu“ (Mühlpachr a Vaňurová, 2005, s. 32).

3.1 Životní potřeby seniorů

Jak již bylo výše uvedeno, lidské potřeby se během celého života jedince mění, a proto i životní potřeby člověka v seniorském věku jsou zcela specifické. Jednou z největších sociálních změn je odchod do starobního důchodu. Člověk se v tomto období musí vyrovnat s množstvím změn, ať už biologických či sociálních. Mění se životní tempo člověka v seniorském věku, jeho hodnoty a životní potřeby. Vágnerová (2007, s. 364) uvádí, že potřeby seniorů odrážejí proměnu jejich fyzického i psychického stavu, úbytek soběstačnosti i sociálních kontaktů a s tím související subjektivní prožívání kvality vlastního života. Aby si člověk ve stáří udržel pocit životní pohody, bezpečí, spokojenosti a optimismu, je třeba naplňovat určité potřeby, které přicházejí v této etapě života.

Odborná literatura vymezuje specifické potřeby seniorů takto:

potřeba stimulace – ve stáří dochází k omezení kompetencí jedince, redukcí kontaktů či minimalizaci společenských kontaktů. Úbytek aktivity v tomto období může vést ke ztrátě motivace, apatii, pocitu zbytečnosti a má negativní vliv jak na pocit celkové životní spokojenosti, tak na uchovávání různých schopností a dovedností. Pocit ztráty smyslu života může vést k frustraci a úzkosti a narušit duševní pohodu a pozitivní přístup k životu. Velkou subjektivní stimulační hodnotu pro člověka v tomto období mívá aktivita, která dává jedinci podněty k různé činnosti a správnou míru stimulace a eliminuje tak nepříjemné pocity v pozdějším věku.

Tak se naplňuje **potřeba aktivity**, protože jakákoli práce či činnost je klíčem k duševní pohodě a optimismu, a tím ke zdravému způsobu života. Může být ovšem obtížné nalézt pro starého člověka vhodnou aktivitu, tzv. „druhý životní program“, úměrný jeho klesajícím schopnostem. Také postoj současné společnosti není dosud příliš nakloněn participaci starších lidí na aktivním životě společnosti, i přes její prokazatelně kladný význam.

Potřeba orientace a adaptace – starší člověk je nucen adaptovat se na změněné životní podmínky, které toto období přináší. Nachází si nový způsob života, který je pro něj dostupný, úměrný jeho schopnostem a přináší mu alespoň částečné uspokojení. Hledání smyslu života také zahrnuje určité osobní uspořádání vlastního světa, tak aby byl pro seniора smysluplný. Senioři nalézají větší subjektivní hodnotu ve věcech, které se před tím jevili jako méně důležité. V tomto období lidé obvykle více zaměřují svoji pozornost na rodinu a na činnosti, pro ni prospěšné. Prostřednictvím rodiny si tak naplňují pocit potřebnosti a sounáležitosti v rámci této sociální skupiny, která se v pozdějším věku stává nejdůležitější.

Významná je **potřeba bezpečí** – její nárůst je podmíněn úbytkem životních kompetencí a obavami z možnosti jejich dalšího zhoršení nějakou negativní sociální událostí. S tím souvisí i potřeba psychického bezpečí a citové jistoty, jejíž uspokojení ve značné míře závisí na okolí, poskytované péči a pomoci starému člověku.

Velký význam má rovněž **potřeba sociálního kontaktu a citové vazby**. Starší lidé jsou hodně závislí na vztazích s nejbližšími lidmi, důležitý je pro ně pocit příslušnosti k nějaké sociální skupině, zejména k rodině. Vhodná sociální aktivita v tomto období může předcházet sociální izolaci a ztrátě veškerých kontaktů a vazeb (Vágnerová, 2007, s. 365-366, 413).

„S naplňováním životních potřeb ve stáří souvisí i **potřeba seberealizace**, jejíž naplnění může být spojeno se změnou některých postojů a hodnot jedince, tak i **potřeba** určité otevřené, **perspektivní budoucnosti**, víry ve vlastní schopnosti a naděje na smysluplné prožití této životní etapy“ (Klevetová, 2008, s. 69).

Dvořáčková (2012, s. 46) uvádí, že touhu po uspokojování životních potřeb má jedinec danou v každém věku. Pokud si člověk nedokáže uspokojivě realizovat některé ze svých potřeb sám, stává se závislým na pomoci druhých a to především v době stáří. Potom záleží na okolí (rodině, institucionální péči), aby mu s naplněním potřeb pomohla. „Povinností společnosti vůči starým lidem je zajistit podmínky k uspokojování základních potřeb lidské existence. Jsou-li splněny tyto podmínky, může pokračovat seberealizace na úrovni vyšších potřeb až do pozdního stáří“ (Wolf, 1982, s. 159).

4. KVALITA ŽIVOTA V OBDOBÍ STÁŘÍ

Stárnutí populace je jedním z významných demografických trendů současnosti, které se v celosvětovém měřítku stává problémem 21. století. Lidé nad 65 let tvoří přibližně 15% obyvatelstva České republiky a jejich počet se bude pomalu, ale jistě zvyšovat. V posledních letech lze zaznamenat zvyšující se zájem o kvalitu života seniorů jako jednu z reakcí na důsledky stárnutí populace.

„S prodlužující se délkou života nabývá na významu zkoumání faktorů, které příznivě ovlivňují stárnutí a kvalitu života ve stáří. Ačkoliv lze vyšší věk charakterizovat jako období psychosociálních ztrát a zvyšujících se zdravotních rizik, existují studie, které dokládají dobrou kvalitu života seniorů, vysokou životní spokojenost a emoční pohodu“ (Dragomirecká, 2009, s. 9). Dvořáčková (2012, s. 27) uvádí, že pro seniora je významný stupeň spokojenosti v životě. Uspokojující úroveň kvality života na závěru své cesty, je chápána jako spokojenost s dosud prožitým životem. Pokud hodnotí dosavadní život smysluplně a cítí se spokojen, jeho kvalita je pocíťována na vysokém stupni.

Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR dne 9. ledna 2008 schválilo Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 - 2012. Tento program vychází z předpokladu, že ke zvýšení kvality života ve stáří a k úspěšnému řešení výzev spojených s demografickým stárnutím je nezbytné zaměřit se na následující strategické oblasti a priority:

- aktivní stárnutí
- prostředí a komunita vstřícná ke stáří
- zlepšení zdraví a zdravotní péče ve stáří
- podpora rodiny a pečovatelů
- podpora participace na životě společnosti a ochrana lidských práv, (MPSV, 2008)

Všechny tyto uvedené oblasti se pro plnohodnotné stáří musí vzájemně prolínat a podporovat.

Za kvalitu života ve stáří a aktivní zapojení se do společnosti nesou nedílnou odpovědnost jednotlivci i společnost. Důstojné a aktivní postavení starších lidí vyplývá mimo jiné z aktivního přístupu a odpovědnosti za vlastní život i za mezigenerační vztahy, předávání důležitých zkušeností, tradic a hodnot. Starší lidé by měli usilovat o aktivní roli a přínos společnosti, komunitě a rodině. Starší lidé stejně jako všichni mají odpovědnost za využití příležitostí k uplatnění a za odpovědný přístup ke svému životu a ke svému zdraví. Společ-

nost by měla poskytnout podmínky a rovné šance lidem každého věku pro zdravý a aktivní život. (MPSV, 2008)

4.1 Aktivní stárnutí

Aktivní stárnutí, jako jedna z významných priorit současné společnosti ke zvýšení kvality života ve stáří a podpoře prosperity ve stárnoucí společnosti, klade důraz na nutnost dát v průběhu života příležitost pro uplatnění, učení, vzdělávání a aktivní život všem lidem. Lineární model vzdělání – práce - důchod stále více přestává platit a hranice mezi jednotlivými fázemi životního běhu se stávají flexibilnějšími a méně ostrými. Starší lidé mají stejně jako všichni právo být hodnoceni jako jednotlivci na základě svých schopností a potřeb bez ohledu na svůj věk a pohlaví (MPSV, 2008).

Významným zdrojem aktivního života jsou vzdělávací, zájmové a volnočasové aktivity. Vzdělávání zvyšuje adaptabilitu a přispívá ke zvládnání sociálních a společenských změn, včetně zavádění moderních komunikačních a informačních technologií. Vzdělávání nabízí možnost orientace na nové perspektivy a hodnoty, stimuluje občanské aktivity, má pozitivní vliv na zdraví a zabraňuje sociálnímu vyloučení (MPSV, 2008).

„V souvislosti s demografickým stárnutím populace se koncept aktivního stárnutí dává nejčastěji do souvislosti se zapojením seniorů na trhu práce či celoživotním vzděláváním“ (Špatenková a Smékalová, 2015, s. 11). Dvořáčková (2012, s. 29) poukazuje na to, že se jedná o pojem, který je širší, než pouhé zdravé stárnutí, protože se netýká pouze zdraví, ale je mnohem komplexnější. „Neodkazuje primárně k fyzické aktivitě, ale spíše k možnosti participovat na dění ve společnosti ve všech fázích života“ (WHO, 2002, s. 12, cit. podle Špatenková a Smékalová, 2015, s. 12).

Termín „aktivní stárnutí“ byl přijat Světovou zdravotnickou organizací koncem devadesátých let a vychází ze zásad OSN pro seniory, které lze shrnout následovně:

- nezávislost
- účast na životě společnosti
- důstojnost
- péče
- seberealizace

Jak uvádí Špatenková a Smékalová (2015, s. 12), koncept aktivního stárnutí je určitým řešením nejen pro společnost, ale i pro seniory samotné. Starší lidé se nemusejí vzdávat

různých aktivit, např. (sebe)vzdělávání či různých zájmových činností, protože je důležité, aby člověk ve vyšším věku nacházel smysluplnost svého života a prostor pro seberealizaci a sebeaktualizaci. To však nezáleží jen na seniorech samotných, ale i na přístupu celé společnosti, neboť stárnoucí člověk je její součástí, a proto i integrace seniorů do společnosti je podstatnou součástí konceptu aktivního stárnutí.

4.2 Kvalita života seniorů a vzdělávání

V rámci zvyšování kvality života stárnoucí populace je třeba se zaměřit na dvě základní oblasti – zdraví a celoživotní učení. Je nezpochybnitelné, že vzdělání je nevyhnutelnou součástí kvality života. „Informace a vzdělání jsou v současném světě považovány za jednu z priorit pro úspěšný rozvoj jedince i celé společnosti“ (Mühlpachr a Vaďurová, 2005, s. 35).

Celoživotní učení představuje kontinuální proces získávání a rozvoje znalostí, dovedností a schopností v průběhu celého života člověka, tzv. „od kolébky po hrob“. „V mládí je prioritou vzdělávání příprava na život, v dospělosti je to rodinná a pracovní realizace. U seniorů pak vystupuje do popředí schopnost a možnost vést nezávislý, autonomní život. Lidé v seniorském věku jsou nuceni se přizpůsobovat nejrůznějším ekonomickým a sociálním změnám, což nabízí možnosti pro jejich edukaci jako nedílnou součást celoživotního vzdělávání. Edukace seniorů totiž může optimálním způsobem naplňovat ideu aktivního stárnutí. Vzdělávání se tak stává reálnou a atraktivní součástí života ve vyšším věku. V určitém smyslu se může stát symbolem aktivního stárnutí“ (Špatenková a Smékalová, 2015, s. 13).

V rámci ČR je vzdělávání pro seniory zavedeno zejména v podobě univerzit třetího věku, akademií seniorů a dalších vzdělávacích kurzů nabízených především prostřednictvím nestátních neziskových organizací a organizací zřizovaných obcemi, zejména veřejnými knihovnami. Výstupy zájmového vzdělávání seniorů nejsou sice určeny přednostně pro potřeby trhu práce, mají však pozitivní přínos v osobním rozvoji jednotlivce a zvyšují aktivní zapojení občanů do společnosti. Zapojení seniorů do zájmového vzdělávání významně přispívá k prodloužení jejich plnohodnotného, aktivního života, má pozitivní dopad na jejich celkové zdraví a tím i zvyšování jejich nezávislosti. Nabídka vzdělávacích kurzů pro seniory by se měla odvíjet od aktuálních požadavků, které mění se společnost klade na všechny občany, zejména v oblasti informačních a komunikačních technologií a na posilování bezpečnosti seniorů (MPSV, 2014).

Ve vládním prohlášení Národní strategie podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 – 2017 je vzdělávání seniorů nedílnou součástí celoživotního učení a významnou podporu ze strany státu mají vzdělávací aktivity pro seniory na všech úrovních společnosti. V souladu s výše zmíněnou národní strategií lze tedy předpokládat, že v oblasti vzdělávání se budeme setkávat se seniory stále častěji (Špatenková a Smékalová, 2015, s. 15-16). Špatenková a Smékalová (2015, s. 16) v souvislosti s kvalitou života seniorů dále uvádí, že vzdělávací aktivity patří k nejdůležitějším faktorům sloužícím k udržení kvality života ve vyšším věku, protože dochází k mobilizaci intelektových a kognitivních funkcí upevňujících fyzické i duševní zdraví, což vede k životní spokojenosti.

I přes zvyšující se společenskou podporu vzdělávání ve vyšším věku samotná realizace závisí na motivaci každého jednotlivce. Beneš (2014, s. 106) uvádí, že motivace dalšího vzdělávání seniorů záleží zejména na dosaženém vzdělání, na zájmu a účasti na dalším vzdělávání, na sociální aktivitě, touze po sociálních kontaktech. Motivem je často snaha o udržování vlastních sil a nalezení smyslu života v seniorském věku. Vzdělávání může být také koníčkem, kdy se senioři snaží získat více informací o tom, co je zajímavé. „Nemusí to však platit vždy. Senior může mít někdy potřebu kompenzovat dosud opomíjené obory či oblasti. Chce se tedy naopak věnovat něčemu jinému, než čemu zasvětil celý svůj dosavadní život“ (Špatenková a Smékalová, 2015, s. 73).

Aby byli senioři ke vzdělávání motivováni, musejí nalézat ve vzdělávání uspokojení. Účast seniorů na vzdělávání má kromě posílení fyzického a psychického zdraví také významný sociální efekt v utváření a posilování mezilidských vztahů nejen ve stejné vrstevnické skupině ale i v transgeneračním kontextu. Proto jim vzdělání musí přinášet nejen informace, ale i prostor pro seberealizaci, vědomí smyslu vlastního života a udržování sociálních vztahů a tím zvyšování kvality života ve stáří.

5. CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB

Poslední kapitola teoretické části se věnuje vymezení péče o seniory z hlediska legislativního a dále charakteristice zařízení Domova pro seniory Lukov.

Péče o seniory spadá pod sociální služby a tuto oblast upravuje zákon č. 108/2006 Sb. Zákon o sociálních službách, který nabyl účinnosti 1. ledna 2007.

Hlavním posláním tohoto zákona je chránit práva a oprávněné zájmy lidí, kteří jsou z různých důvodů oslabeni v jejich prosazování. Těmito důvody může být věk, zdravotní postižení, nedostatečně podnětné sociální prostředí, krizová životní situace a mnoho dalších. Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách zaštiťuje legislativní předpisy pro vztahy mezi lidmi a institucemi, a to v případech, kdy je nutné zabezpečit podporu a pomoc lidem, kteří se ocitají v nepříznivé sociální situaci. V zákoně je také vymezena oblast týkající se podmínek výkonu sociální práce ve všech společenských systémech, kde sociální pracovníci působí. Dále také upravuje práva a povinnosti obcí, krajů, státu a také poskytovatelů sociálních služeb (ČESKO, 2006).

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách (§ 49) vymezuje informace o domovech pro seniory:

(1) V domovech pro seniory se poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

(2) Služba podle odstavce 1 obsahuje tyto základní činnosti:

- a) poskytnutí ubytování,*
- b) poskytnutí stravy,*
- c) pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu,*
- d) pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,*
- e) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,*
- f) sociálně terapeutické činnosti,*
- g) aktivizační činnosti,*
- h) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.*

5.1 Domov pro seniory Lukov

Domovy pro seniory poskytují dlouhodobé pobytové služby seniorům, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné osoby. Služba obsahuje pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o

vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, poskytnutí stravy, poskytnutí ubytování, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, aktivizační činnosti a pomoc při prosazování práv a zájmů. Služba se poskytuje za úplatu (MPSV).

Domov pro seniory Lukov, příspěvková organizace, sídlí na adrese Hradská 82, Lukov u Zlína. Zřizovatelem je Zlínský kraj se sídlem ve Zlíně, tř. T. Bati 21. Hlavním účelem a předmětem činnosti dle zřizovací listiny Domova pro seniory je poskytování služeb sociální péče. Předmět činnosti je vymezen zákonem č.108/2006 Sb., o sociálních službách ve znění pozdějších předpisů a dalšími souvisejícími předpisy.

Forma zařízení: sociální pobytová služba s celoročním provozem, zajištěna pomoc, péče a podpora kvalifikovanými pracovníky v nepřetržitém provozu. Cílovou skupinou jsou seniory od 65 let.

Kvalitu poskytovaných služeb v domovech pro seniory dle zákona o sociálních službách zajišťují standardy kvality poskytovaných služeb. Domov pro seniory poskytuje všechny služby dle zákona o sociálních službách v souladu se standardy kvality sociálních služeb (příloha č. I).

„Standardy kvality sociálních služeb vycházejí z koncepce naplňování základních lidských práv a svobod. Tyto standardy popisují, jak má vypadat kvalitní sociální služba a jejich smyslem je umožnit posoudit kvalitu poskytované služby. Jednotlivé standardy jsou navrženy tak, aby zvýšily svobodu uživatelů služeb a posílily jejich postavení. Nejvýznamnější pro hodnocení služeb je, jak se poskytovaná služba promítá do života uživatelů“ (Dvořáčková, 2012, s. 91).

Těmito standardy se řídí veškeré poskytované sociální služby v České Republice. Soustava těchto standardů by měla zajišťovat kvalitu služeb v zařízení tak, aby vyhovovala klientům na všech úrovních jejich potřeb. Zároveň jsou standardy kvality důležitým kritériem pro kontrolu těchto zařízení.

Popis zařízení:

Domov pro seniory Lukov je rozdělen na dvě části, domov pro seniory a domov se zvláštním režimem. Objekt domova pro seniory disponuje 196 lůžky a je rozdělen na čtyři oddě-

lení. Veškeré prostory jsou bezbariérové, k dispozici jsou 3 výtahy. Pokoje jsou 1 – 4 lůžkové, na každém pokoji je samostatné sociální zařízení. Uživatel si může pokoj dovybavit vlastním nábytkem, televizí, rádiem a ostatními bytovými doplňky tak, aby měl pocit co největšího domova a pohodlí. Celkový počet pokojů je 120. Na každém oddělení je samostatná jídelna a menší kuchyňka. Domov se zvláštní režimem má kapacitu 21 osob, personálně jej zajišťuje 39 zaměstnanců. V domově pro seniory personálně zajišťuje veškeré sociální služby 105 zaměstnanců, a to ředitelka, zaměstnanci sociálně-zdravotnického úseku v počtu 71 a zaměstnanci technicko-hospodářského úseku v počtu 33 (příloha č. II).

Poskytované kulturní, sociální a vzdělávací aktivity:

- půjčování knih z vlastní knihovny s možností přístupu na veřejný internet, 1x týdně čtení na pokračování v kapli nebo v létě na zahradě,
- vnitřní internetová síť,
- vystoupení žáků ZŠ,
- zábavní a hudební programy agentur – v domově funguje výbor seniorů z řad klientů, poplatek činí 20,- Kč/ měs., výbor vybírá z nabídek uměleckých agentur zajímavá vystoupení,
- 1x ročně vystoupení Ostravského divadla, sponzorem je obec Lukov,
- besedy s cestovateli, spisovateli z regionu, se zástupcem Policie ČR na téma Obrana seniorů,
- canisterapie,
- posezení u táboráku,
- reprodukce různých hudebních žánrů podle zájmu,
- kurzy trénování paměti – tematicky zaměřené,
- klub přátel přírody – sezonní práce na skalce, vysazování mobilních truhlíků, akvárium – rybičky, voliéra – papoušci,
- aktivizační činnosti – ruční práce, háčkování, vyšívání, keramika
- zdravotnická osvěta a edukace – přednášky pro diabetiky, zdravý životní styl,
- sportovní činnosti – denně v určitou hodinu společné cvičení, kuželky, šipky, pétanque, rotoped, motodlaha,
- bohoslužby v místní kapli.

Posláním Domova pro seniory je přispívat k prožití plnohodnotného a smysluplného života a podporovat seniory při naplňování jejich přání a potřeb s ohledem na jejich individualitu a jedinečnost tak, aby svůj život mohli žít nadále důstojně a spokojeně.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

6. VÝZKUM

Samotný výzkum byl proveden v Domově pro seniory Lukov. Výzkum byl proveden pouze mezi klienty domova pro seniory, domov pro seniory se zvláštním režimem nebyl do výzkumu zahrnut vzhledem ke zdravotnímu stavu klientů. Výzkum byl proveden v období leden – únor 2016. Před samotným výzkumem byl navázán kontakt s vedením domova pro seniory a získán souhlas paní ředitelky domova pro seniory k provedení výzkumu (příloha č. III). Dále byla navázána úzká spolupráce s vedoucí sociální pracovnící domova, která zprostředkovala kontakt s klienty domova pro seniory, poskytla podklady k vytvoření charakteristiky zařízení domova pro seniory a cenné informace k realizaci výzkumu bakalářské práce.

6.1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu bakalářské práce je zjištění celkové úrovně kvality života seniorů v Domově pro seniory Lukov, zjištění důležitosti vybraných životních hodnot seniorů a dále zjištění zájmu o vzdělávací aktivity v seniorském věku.

6.2 Výzkumné problémy

V úvodu byly formulovány tři výzkumné problémy:

1. Jak hodnotí senioři celkovou kvalitu svého života?
2. Jaké vybrané životní hodnoty jsou pro seniora nejdůležitější?
3. Jaký je přístup seniorů ke vzdělávání a jaký je zájem o vzdělávání v seniorském věku?

6.3 Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumný soubor byl vytvořen pomocí záměrného výběru na základě dostupnosti. Základním souborem v rámci záměrného výběru jsou všichni klienti Domova pro seniory Lukov. Výběrový soubor tvoří vybraná skupina klientů, kteří byli ochotni zúčastnit se výzkumu a jejichž zdravotní stav jim umožnil se na výzkumu podílet.

V domově pro seniory bylo distribuováno 121 anonymních dotazníků, dotazník vyplnilo 92 respondentů, návratnost tedy byla 76,03 %. Z tohoto počtu bylo nutno vyřadit 3 dotazníky z důvodu neúplného vyplnění. Celkový počet platných analyzovaných dotazníků byl tedy 89, což je 73,55 %. Vzhledem k obecně nízké důvěře seniorů k neznámým situacím

byl dotazník zcela anonymní, na což byli respondenti v úvodu upozorněni a dále byli seznámeni s účelem prováděného šetření. Výzkumu se zúčastnilo 72 žen (80,90 %) a 17 mužů (19,10 %) z celkového počtu respondentů. Vzhledem k velkému rozdílu v četnosti mužů a žen, bylo nutno přehodnotit způsob zpracování dat z hlediska porovnávání mužů a žen. Respondenty byli muži i ženy ve věku nad 65 let. Podle Vágnerové (2007, s. 299), jak uvádí ve Vývojové Psychologii II, byli respondenti rozděleni do 2 věkových kategorií a to:

- rané stáří 60 – 75 let
- pravé stáří 75 a více let

Celkově se tedy výzkumu zúčastnilo 8 seniorů (8,99 %) ve věku 60 – 75 let a 81 seniorů (91,01 %) ve věku nad 75 let z celkového počtu 89 respondentů. Nejmladšímu respondentovi bylo 71 let, nejstaršímu 97 let.

6.4 Výzkumné metody

Výzkum byl proveden kvantitativní metodou a to formou dotazníku. Konstrukce otázek dotazníku byly vytvořeny s ohledem na cíl práce. Dotazník obsahuje 16 otázek, v úvodu 5 položek zjišťujících fakta týkající se demografických údajů, dále uzavřených, polouzavřených otázek a otázek škály Likertova typu na hodnocení důležitosti a spokojenosti ve vybraných oblastech života, a to na pětibodové stupnici (1 – velmi nedůležité až 5 – velmi důležité). Kvantitativní metoda byla zvolena z toho důvodu, že větší množství získaných údajů od respondentů dává komplexnější pohled na zkoumanou kvalitu života seniorů.

Přestože byla zvolena kvantitativní metoda prostřednictvím dotazníku, vzhledem ke sníženým kognitivním schopnostem většiny seniorů, bylo nutné pomoci s vyplněním dotazníků jednotlivým respondentům. Přestože byl tento způsob sběru dat časově, fyzicky i psychicky velmi náročný, bylo tímto umožněno navázat s respondenty bližší, důvěrnější vztah, s každým byl stráven určitý čas a jednotliví respondenti měli možnost podělit se o svůj životní příběh. Přes počáteční ostych téměř všichni oslovení senioři byli velmi potěšeni projeveným zájmem o jejich život, vyplňování dotazníků probíhalo v příjemné atmosféře a jejich sdělené životní příběhy byly pro tazatele velmi obohacující zkušeností. Osobním kontaktem s jednotlivými respondenty tak bylo umožněno získat lepší přehled o situaci a názorech seniorů, čímž tato kvantitativní metoda v určitém smyslu získává povahu kvalitativního výzkumu.

6.5 Stanovení výzkumných otázek a hypotézy

Pro výzkumnou část byly stanoveny dvě výzkumné otázky a jedna hypotéza:

Výzkumná otázka č. 1:

Jak jsou klienti domova pro seniory spokojeni s celkovou kvalitou života?

Výzkumná otázka č. 2:

Jaké vybrané hodnoty spokojeného života jsou pro seniory nejdůležitější?

Výzkumná hypotéza:

H_1 : Senioři s vyšším dosaženým vzděláním mají větší zájem o vzdělávací aktivity než senioři s nižším vzděláním.

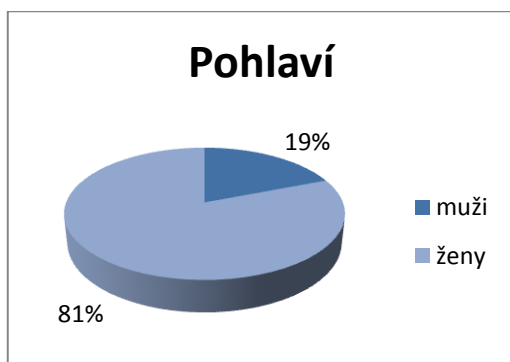
6.6 Vyhodnocení a interpretace dat

Při zpracování dat bylo využito nominálního měření s tříděním prvního a druhého stupně technikou počítačového třídění v programu Microsoft Office Excel 2016 a data získaná z výzkumu byla interpretována pomocí tabulek četnosti (příloha č. V), grafického znázornění a zodpovězení výzkumných otázek. Výzkumná hypotéza byla ověřena prostřednictvím statistického testu významnosti.

Demografická data:

Pohlaví

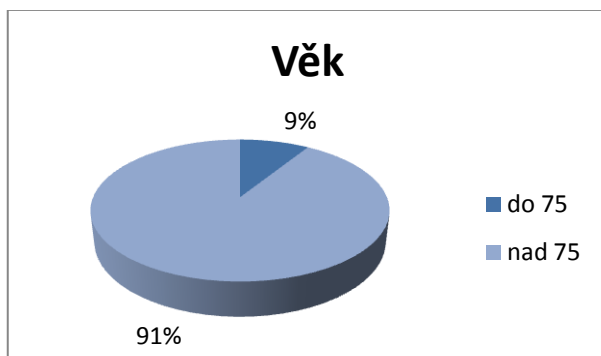
Graf 1: Pohlaví



Výzkumu se zúčastnilo 72 žen (80,90 %) a 17 mužů (19,10 %) z celkového počtu respondentů. Vzhledem k velkému rozdílu v četnosti mužů a žen, bylo nutno přehodnotit zamýšlený způsob zpracování dat z hlediska porovnávání mužů a žen.

Věková skupina

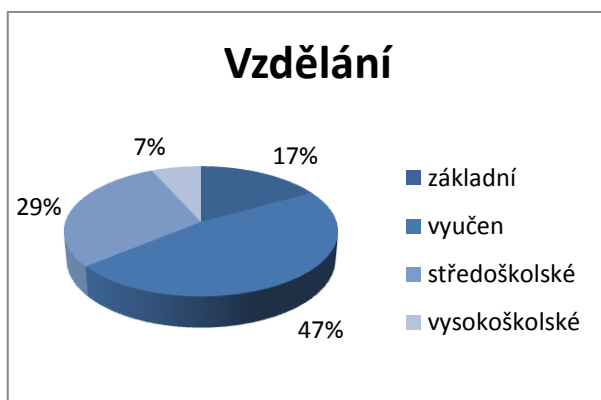
Graf 2: Věk



Výzkumu se zúčastnilo 8 seniorů (8,99 %) ve věku 60 – 75 let a 81 seniorů (91,01 %) ve věku nad 75 let z celkového počtu 89 respondentů. Nejmladšímu respondentovi bylo 71 let, nejstaršímu 97 let.

Dosažené vzdělání

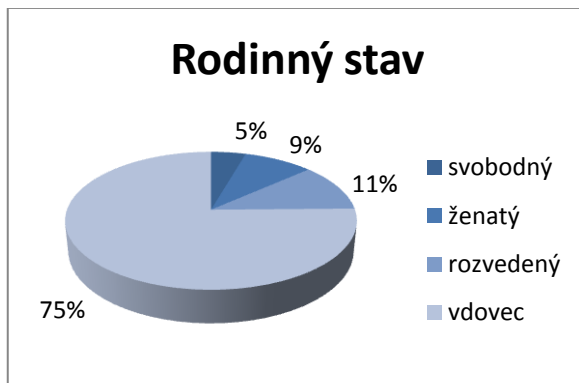
Graf 3: Vzdělání



Z celkového počtu respondentů má 15 (16,86 %) respondentů ukončené pouze základní vzdělání. Většina, a to 42 (47,19 %) respondentů má ukončené střední vzdělání bez maturity (vyučen), střední s maturitou má 26 (29,21 %) respondentů a 6 respondentů má vzdělání vysokoškolské (6,74 %).

Rodinný stav

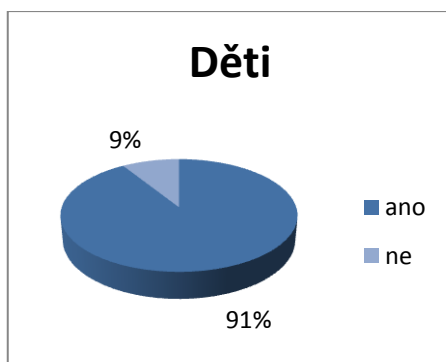
Graf 4: Rodinný stav



V převažující většině (75,28 %) respondentů byly zastoupeny ženy - vdovy, což koresponduje s poměrným zastoupením žen ve stárnoucí populaci, kdy rodina končí ve fázi vdovství.

Děti

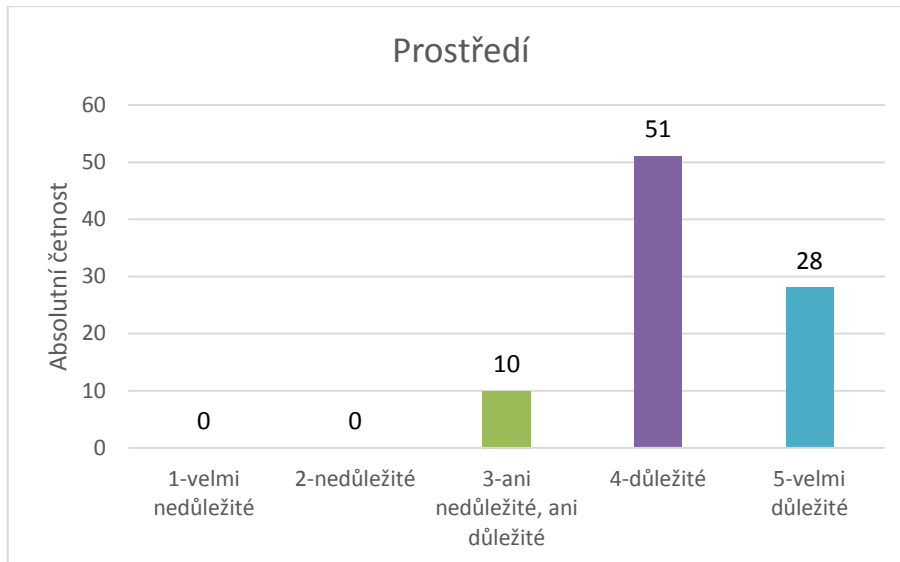
Graf 5: Děti



Celkem 81 (91 %) respondentů uvedlo, že má děti, 8 (9 %) respondentů je bezdětných.

Otázka č. 1: Jak důležité je pro Vás prostředí ve kterém žijete?

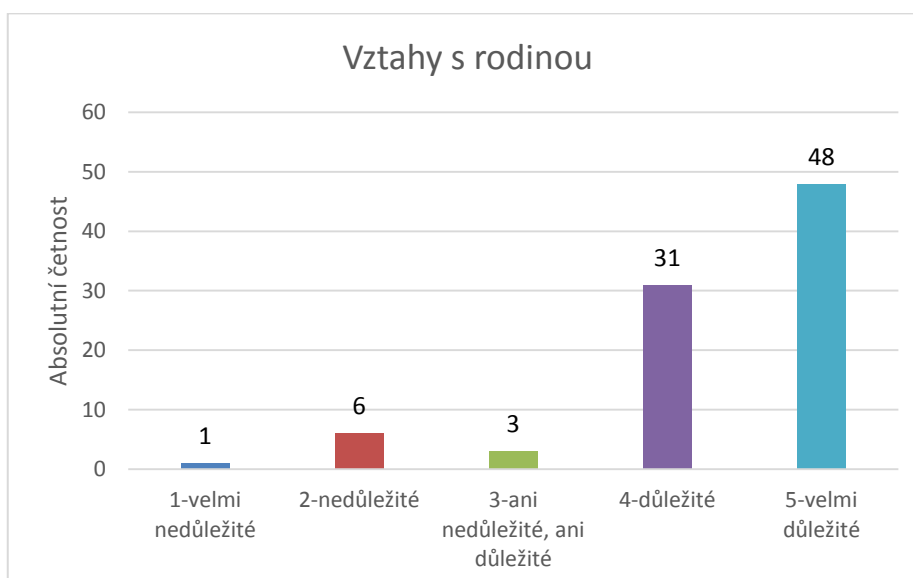
Graf č.6: Důležitost prostředí



Z tabulky je vidět, že pro většinu seniorů má prostředí, ve kterém žijí, velký význam, za důležité je považuje 51 (57,30 %) respondentů, jako velmi důležité je označilo 28 (31,46 %) respondentů. Velká část seniorů dodávala, že musí být důležité, když zde žijí a tráví zbytek svého života a v podstatě nemají jinou možnost. Jako důvod pobytu uváděli respondenti z větší části zdravotní či rodinné důvody.

Otázka č. 2: Jak důležité jsou vztahy s rodinou?

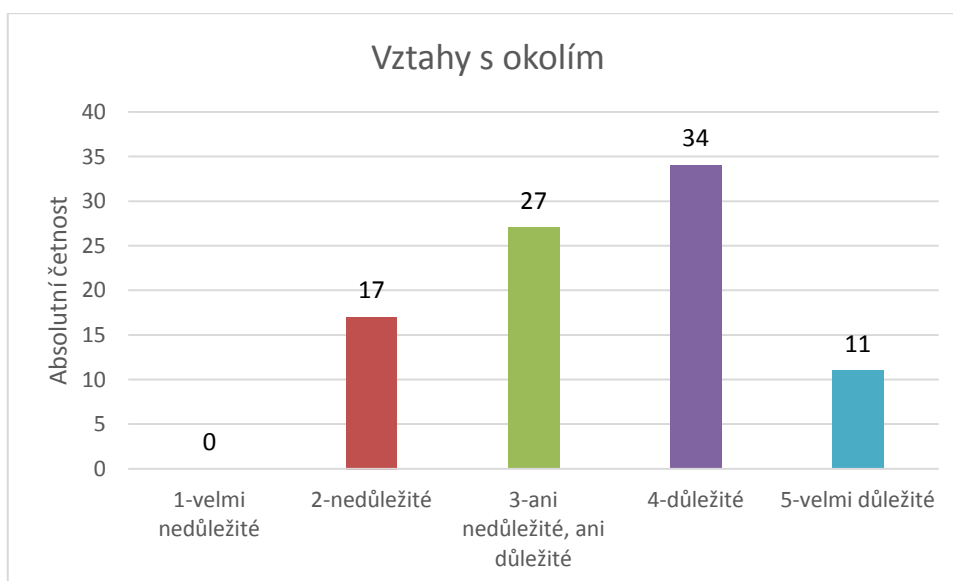
Graf č.7: Vztahy s rodinou



Respondenti, kteří mají děti, považují vazby a vztahy s rodinou za podstatné. Za velmi důležité je považuje 48 (53,93 %) seniorů, za důležité 31 (34,84 %). Většina seniorů udržuje kontakty s příbuznými, rodina je často navštěvuje, bere na výlety a senioři považují vztahy s rodinou za velmi dobré. Bezdětní respondenti nepřikládají rodinným vztahům zvláštní význam, za nedůležité až neutrální je považuje 10 (11,23 %) respondentů.

Otázka č. 3: Jak důležité jsou pro Vás vztahy s přáteli/lidmi ve Vašem okolí?

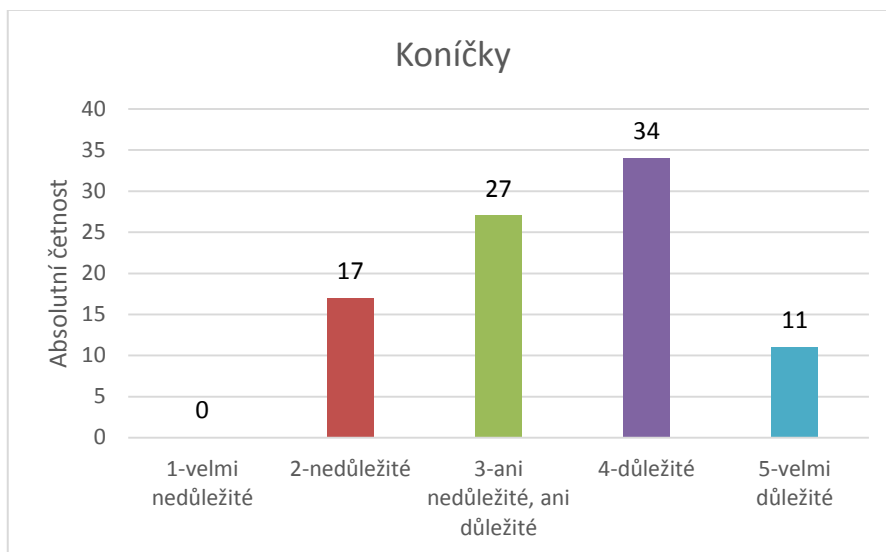
Graf č. 8 Vztahy s přáteli



Celkem 45 (50,56 %) respondentů považuje vztahy s okolím za důležité až velmi důležité, 27 (30,34 %) respondentů nepřikládá vztahům s okolím zvláštní význam a pro 17 (19,10 %) respondentů nejsou vztahy s okolím důležité. Přesto celkově respondenti považují vztahy s přáteli/lidmi v okolí za dobré, mají přátelské vazby se sousedy či spolubydlicími a celkově je hodnotí jako bezproblémové. Dobré vztahy mezi seniory podporují pozitivní náladu a přispívají k aktivnímu přístupu k trávení volného času.

Otázka č. 4: Jak jsou pro Vás důležité koníčky/volnočasové aktivity?

Graf č. 9 Volnočasové aktivity

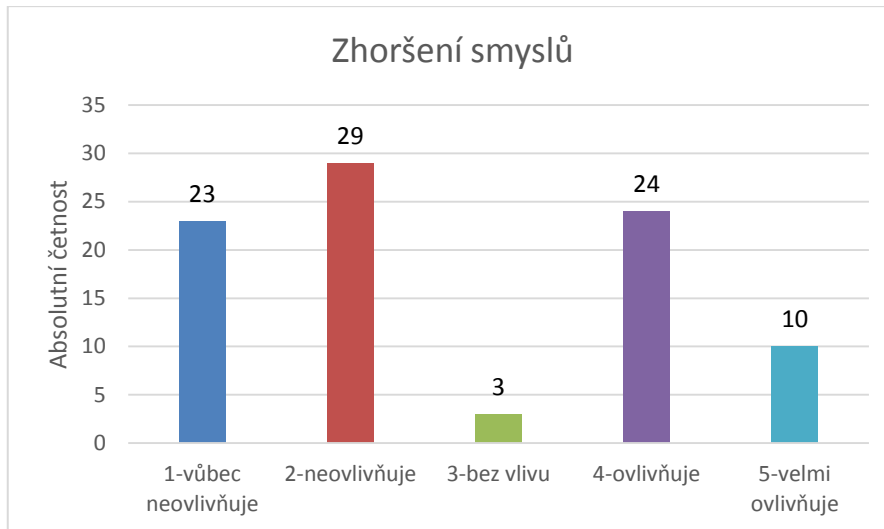


Celkem 45 (50,56 %) respondentů považuje koníčky/volnočasové aktivity za důležité až velmi důležité, 27 (30,34 %) respondentů nepřikládá volnočasovým aktivitám zvláštní význam a pro 17 (19,10 %) respondentů nejsou koníčky/volnočasové aktivity důležité.

Na dotaz jak tráví svůj volný čas, většina respondentů uvedla četbu knih, luštění křížovek, sledování televize, poslech rádia, ale i výuku cizích jazyků a někteří respondenti se věnují práci na počítači a rozvoji dovedností v elektronické komunikaci s příbuznými. Návštěvy bohoslužeb jsou pravidelnou činností většiny respondentů. Velká část seniorů se věnuje ručním pracím – vyšívání, háčkování, velmi oblíbenou činností je vybarvování mandal. Tyto činnosti rozvíjejí a udržují jemnou motoriku a působí pozitivně na psychiku seniorů. Značná část seniorů chodí pravidelně na procházky v okolí domova.

Otázka č. 5: Do jaké míry ovlivňuje zhoršení Vašich smyslů (sluch, chuť, hmat, zrak nebo čich) Vaši komunikaci s ostatními lidmi?

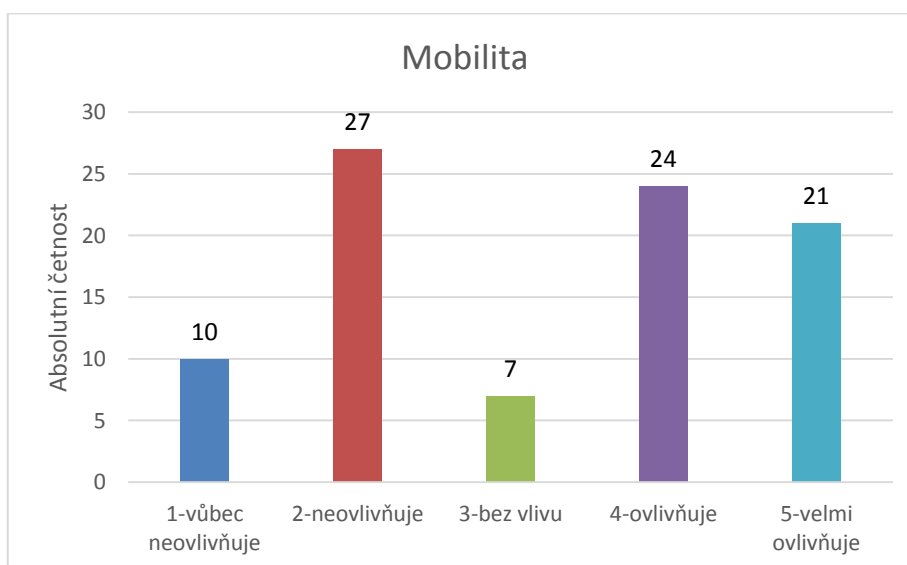
Graf č. 10: Zhoršení smyslů



Celkem 34 (38,21 %) respondentů uvádí zhoršení zraku a sluchu jako překážku v komunikaci, i když jednostrannou nedoslýchavost samotní senioři nepovažují za problém, řeší to hlasitější mluvou či nastavením zdravého ucha. 55 (61,79 %) respondentů problémy v komunikaci nemá.

Otázka č. 6: Do jaké míry ovlivňuje zhoršení Vaší mobility Vaši schopnost zapojit se do různých činností?

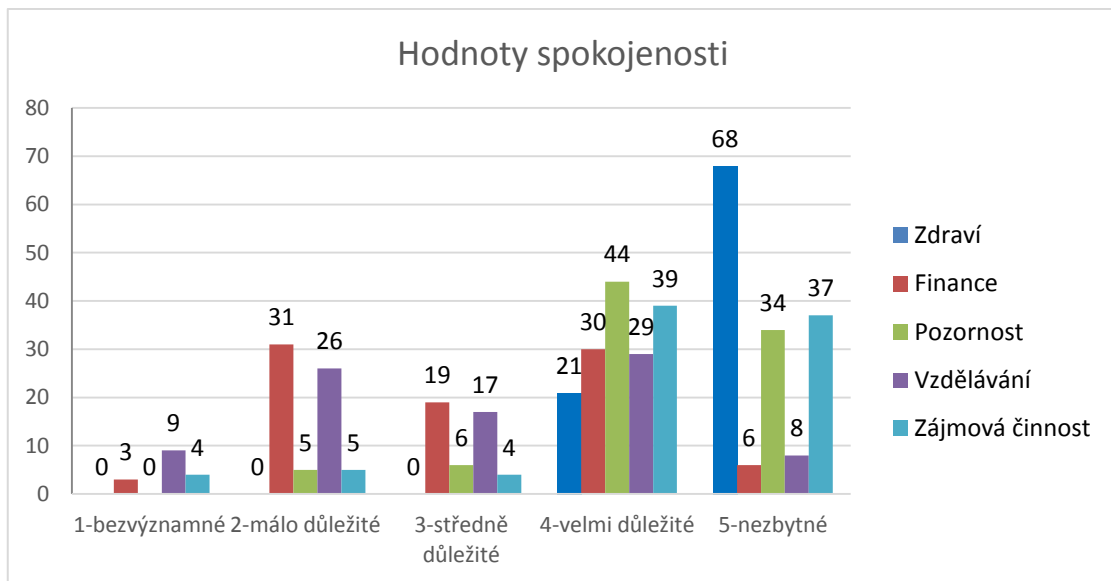
Graf č. 11: Mobilita



Za překážku považuje zhoršení mobility 45 (50,57 %) respondentů, senioři uvádějí, že právě nutnost používání chodítek či pomoci při chůzi jim brání zúčastňovat se aktivit v domově tak často, jak by měli zájem. Celkem 44 (49,43 %) respondentů s mobilitou problémy nemá.

Otázka č. 7: Co podle Vás potřebuje senior ke spokojenému životu?

Graf č. 12: Hodnoty spokojenosti

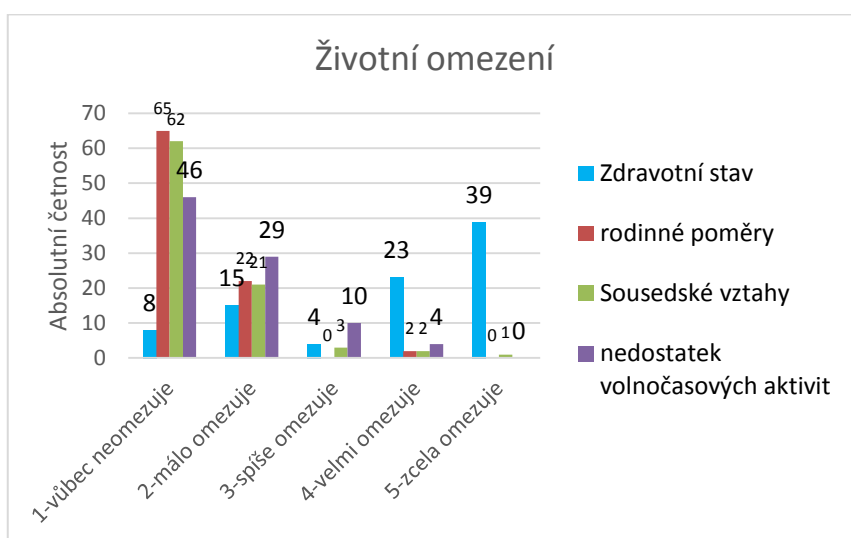


Za nejdůležitější hodnotu spokojeného života považují respondenti zdraví. Za nezbytné až velmi důležité je považuje všech 89 (100 %) respondentů. Velkou význam pro seniory má i pozornost blízkých/rodiny. Za nezbytné až velmi důležité je považuje 78 (87,64 %) respondentů, za středně důležité 6 (6,74 %) respondentů. Finance považuje za nezbytné 6 (6,74 %) respondentů, za velmi důležité 30 (33,71 %) respondentů a střední důležitost přikládá financím 19 (21,35 %) respondentů. Nedůležité až bezvýznamné jsou finance pro 34 (38,20 %) respondentů. Otázka vzdělávání jako hodnoty spokojeného života je nezbytná pro 8 (8,99 %) respondentů, za velmi důležité považuje vzdělávání 29 (32,58 %) respondentů a za středně důležité 17 (19,10 %) respondentů. 35 (39,32 %) respondentů považuje vzdělávání za málo důležité až bezvýznamné. Zájmové činnosti (např. zahrádka, kutilství, rybaření, umělecké aktivity apod.) jsou pro respondenty důležitou hodnotou spokojeného života. Za nezbytné až velmi důležité je považuje 76 (85,39 %) respondentů, středně důležité 4 (4,49 %) a za nedůležité až bezvýznamné je považuje pouze 9 (10,11 %) respondentů.

Z uvedeného vyplývá, že nejvyšší hodnotou spokojeného života je pro respondenty zdraví (za nezbytné až velmi důležité je považuje 100 % respondentů), dále pozornost blízkých/rodiny (za nezbytné, velmi důležité až středně důležité je pokládá 94,38 % respondentů) a zájmová činnost (89,88 %). Finance jako hodnotu spokojeného života považuje za středně důležité až nezbytné 61,80 % respondentů. Nejnižší hodnotu v seniorském věku představuje hodnota vzdělávání, důležitost jim přikládá pouze 60,67 % respondentů.

Otázka č. 8: Co Vám znesnadňuje život?

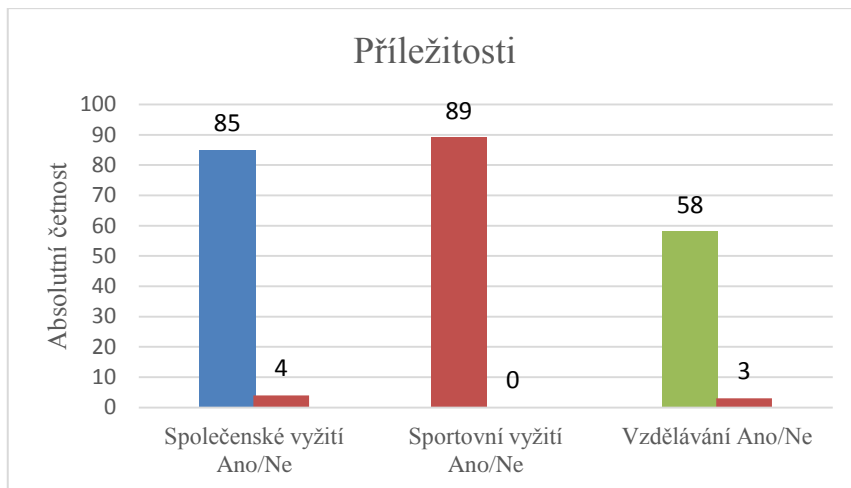
Graf č. 13: Životní omezení



Nejvíce respondentům znesnadňuje život v seniorském věku jejich zdravotní stav, 66 (74,15 %) respondentů uvádí, že je zdravotní stav omezuje, zejména jde o zhoršení mobility a smyslů, hlavně sluchu a zraku. Naopak nejméně omezení vidí respondenti v rodinných poměrech a sousedských vztazích, spíše až velmi omezuje pouze 8 (8,99 %) respondentů. Většina respondentů má tedy dobré vztahy s rodinou i se sousedy v domově. Nedostatek volnočasových aktivit omezuje pouze 14 (15,73 %) respondentů, neomezuje 75 (84,27 %) respondentů.

Otázka č. 9: Nabízí podle Vašeho názoru Vaše zařízení pro seniory dostatek příležitostí ke společenskému vyžití, sportovnímu vyžití, vzdělávání?

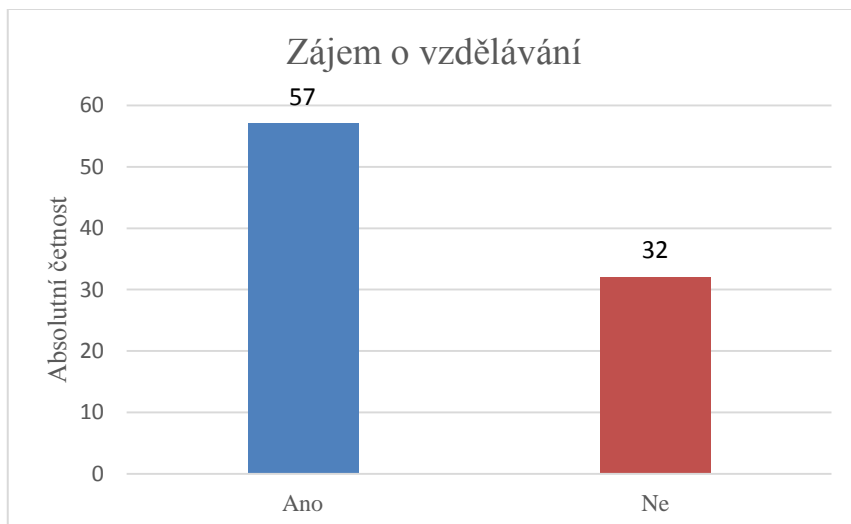
Graf č. 14: Příležitosti



Na tuto otázku odpovídali respondenti v naprosté většině kladně, převážná část dotazovaných se účastní kulturních, sportovních akcí i vzdělávacích programů pořádaných zařízením domova pro seniory. Zejména se jedná o koncerty různého žánrového zaměření, divadlo, čtení z knih, kurz trénování paměti, kroužky ručních prací, výtvarný kroužek, soutěže v kuželkách, šipkách, pétanque či cvičení. Ze vzdělávacích aktivit jsou to přednášky na různá témata a promítání filmů. U otázky týkající se příležitostí ke vzdělávání část respondentů (28) odpovědělo, že neví.

Otázka č. 10: Využil byste nabídku vzdělávání ve Vašem zařízení, popř. v jiné vzdělávací instituci?

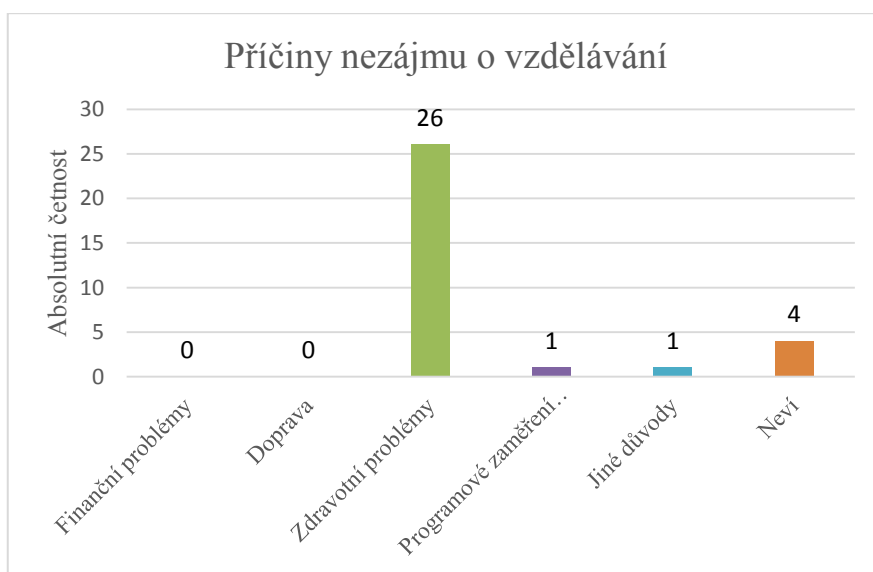
Graf č. 15: Zájem o vzdělávání



Nabídku na vzdělávání by využilo 57 (64,04 %) respondentů, 32 (35,96 %) respondentů by nabídky nevyužilo. Většinou se jednalo o respondenty ve vyšším věku či méně mobilní klienty. Respondenti, kteří projeví zájem o vzdělávání, většinou uvádějí, že kdyby v domově nějaká nabídka na vzdělávání byla, tak by se jí rádi zúčastnili.

Otázka č. 11: Pokud jste na předchozí otázku odpověděl záporně, co je hlavní překážkou Vašeho zájmu o vzdělávání?

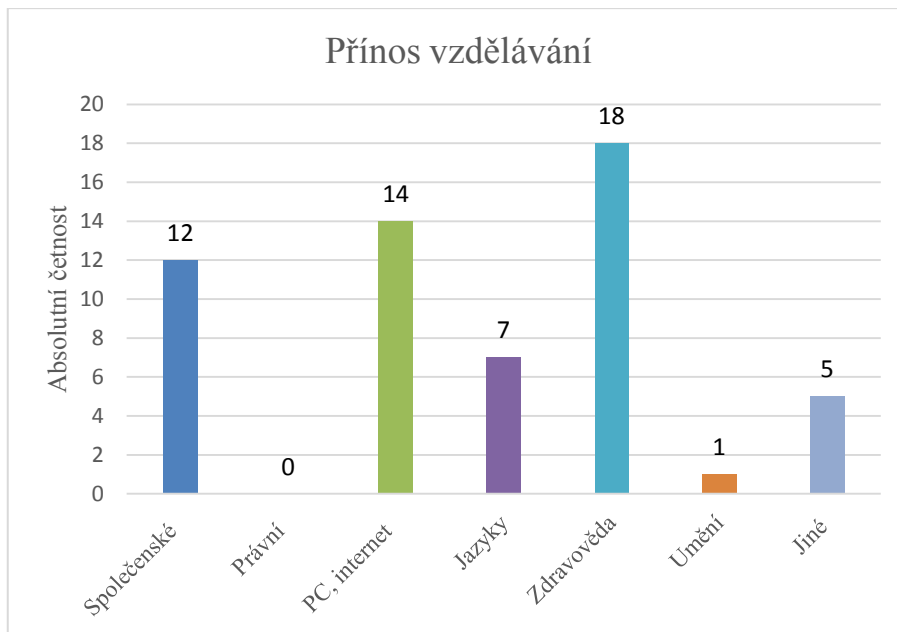
Graf č. 16: Překážky vzdělávání



Z odpovědi na tuto otázku je patrné, že respondenti, kteří v předchozí otázce neprojevili zájem o vzdělávací aktivity, uvedli jako hlavní překážku zájmu o vzdělávání zdravotní problémy, a to zejména zhoršení sluchu či mobility (26 respondentů, tj. 29,21 % z celkového počtu respondentů), 1 respondent uvedl jako příčinu nezájmu programové zaměření, (projevil zájem o výuku cizího jazyka) a 1 respondent do odpovědi jiné důvody neuvedl žádný důvod. 4 respondenti (4,49 % z celkového počtu) uvedli odpověď neví.

Otázka č. 12: pokud jste na otázku č. 10 odpověděl kladně, specifikujte oblast, ve které by Vám bylo vzdělávání přínosem i v běžném životě?

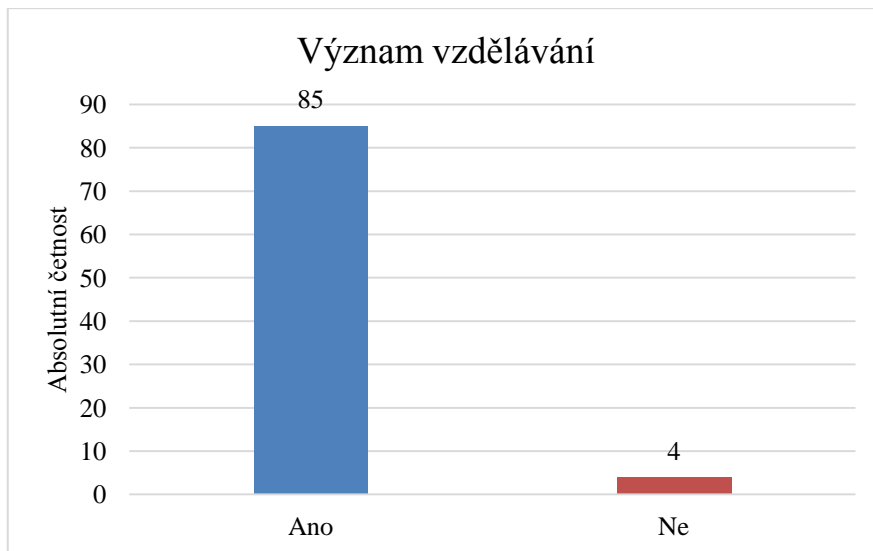
Graf č. 17: Přínos vzdělávání



Zde měli respondenti možnost uvést maximálně dvě z uvedených možností. Pro 57 respondentů, kteří projevíli zájem o další vzdělávací aktivity, by největším přínosem v běžném životě bylo vzdělávání v oblasti zdravotní vědy (18 respondentů, tj. 20,22 % z celkového počtu respondentů), dále vzdělávání v oblasti počítačové techniky, zejména výuka práce na PC a internetu (14 respondentů, tj. 15,73 % z celk. počtu respondentů) a oblasti společenského využití, kde se jednalo o navázání sociálních vazeb a kontaktů (12 respondentů, tj. 13,48 % z celk. počtu). Pro 7 respondentů (7,87 %) by byla přínosem oblast jazykového vzdělávání, o jiné využití, zejména v oblasti přírodních věd projevíli zájem 5 (5,62 %) respondentů. Oblast umění by byla přínosem pro 1 respondenta.

Otázka č. 13: Souhlasíte s tvrzením, že celoživotní vzdělávání přispívá ke spokojenému a plnohodnotnému životu?

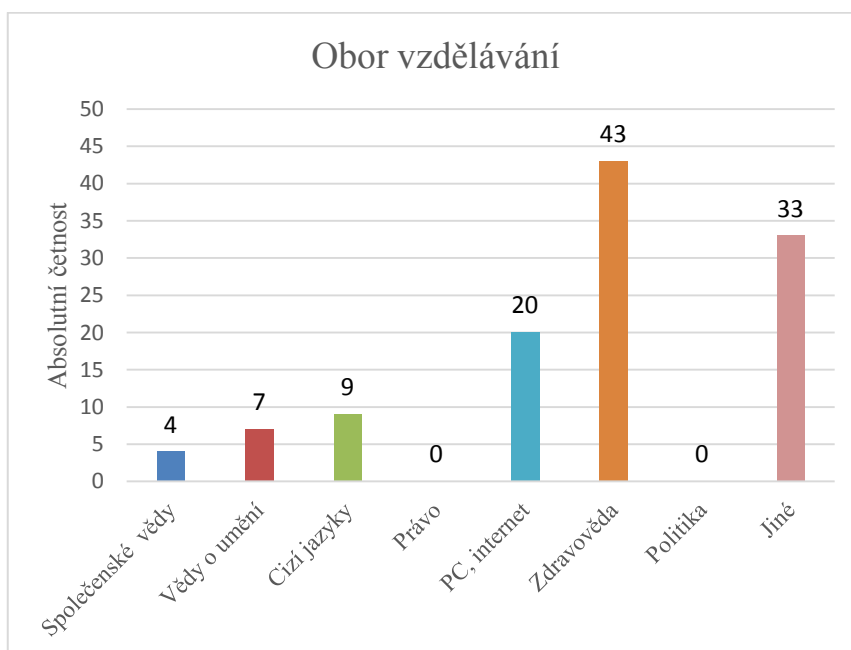
Graf č. 18: Význam vzdělávání



Celoživotní vzdělávání za významnou součást spokojeného a plnohodnotného života považuje 85 (95,51 %) respondentů, 4 respondenti (4,49 %) s tímto tvrzením nesouhlasí.

Otázka č. 14: Jaký obor vzdělávání, popř. studia Vás zajímá?

Graf č. 19: Obor vzdělávání

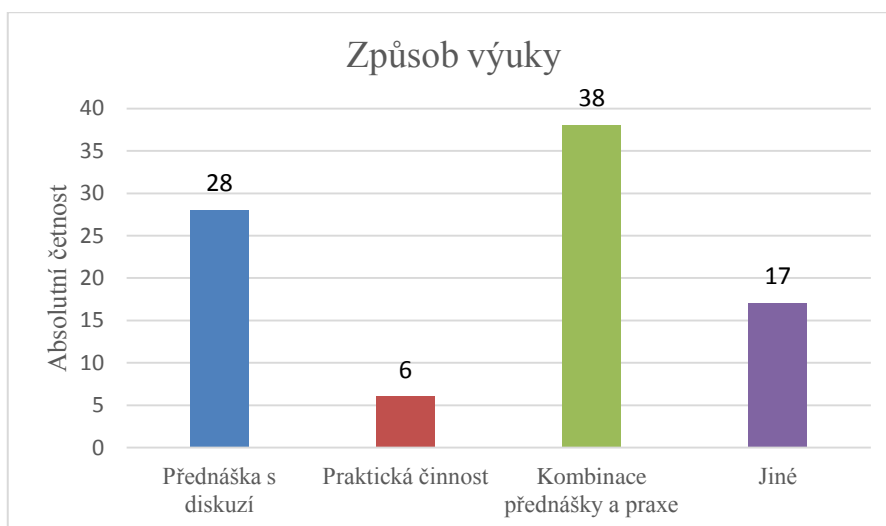


Na tuto otázku mohli respondenti uvést maximálně dvě z uvedených možností. Největší zájem respondenti projeví o obor zdravotní vědy a oblasti týkající se zdraví (43 responden-

tů), zejména o informace a vědomosti týkající se diabetes a zdravého životního stylu. O témata z technických oborů, hlavně práce na PC a internet má zájem 20 respondentů. Část respondentů vlastní svůj počítač a komunikuje s příbuznými elektronicky prostřednictvím mailů či Skype a rozšíření znalostí v tomto oboru by pro ně bylo přínosem. Zájem o obor studia cizích jazyků projevilo 9 respondentů, kteří chtějí navázat na předchozí studium jazyků či jen procvičit dosavadní znalosti opakováním. O vzdělávání v oblasti umění, zvláště historie projevilo zájem 7 respondentů. 4 respondenti mají zájem o vzdělávání v oboru společenských věd. 33 respondentů má zájem o vzdělávání v jiných tématech, nejvíce uváděli témata jako příroda a cestování. O politiku a právo se nezajímá žádný z respondentů.

Otázka č. 15: Jaký způsob výuky by Vám vyhovoval?

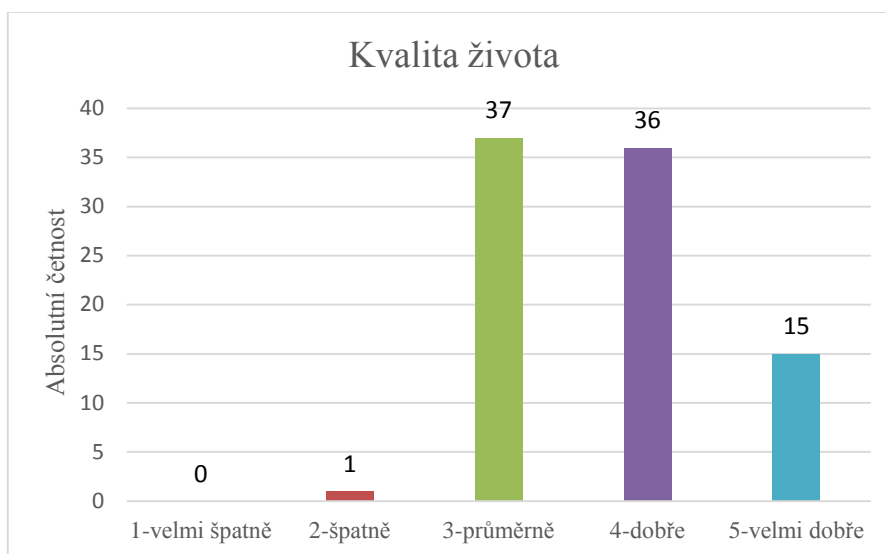
Graf č. 20: Způsob výuky



Jako metodu vzdělávání preferují respondenti kombinaci přednášek s praktickým cvičením (38 respondentů), dále přednášku s následnou diskuzí (28 respondentů). 6 respondentů projevilo zájem o aktivní praktickou činnost (u této metody se jednalo zvláště o výuku jazyků). Jiné možnosti způsobu výuky uvedlo 17 respondentů. V těchto případech se jednalo většinou o promítání filmů o přírodě a cestování a procházky s odborným výkladem o přírodě či přímo možnost fyzické činnosti v zahradě domova pro seniory.

Otázka č. 16. Jak byste celkově hodnotil/a kvalitu svého života?

Graf č. 21: Kvalita života



Velmi dobře hodnotí kvalitu svého života 15 respondentů, 36 respondentů hodnotí svůj život dobře a průměrně, tzn. ani dobře ani špatně (často klienti uváděli „tak normálně“) hodnotí kvalitu života 37 respondentů. Pouze 1 respondent hodnotí kvalitu svého života jako špatnou. Při osobním kontaktu klienti velmi vysoce hodnotili práci sociálních pracovníků domova, oceňovali péči, ochotu a vstřícnost, také činnost aktivizačních pracovníků, díky kterým mají možnost žít stále aktivním životem a zapojovat se do různých činností v domově. Je zřejmé, že jsou klienti s životem v domově spokojeni.

Při hodnocení celkové kvality svého života si respondenti zavzpomínali retrospektivně na své dětství, mládí, doby studia i práce, na rodinu a celý dosavadní život, který byl obdobím radostných událostí i ztrát. Jak odpověděla jedna z respondentek – byly chvíle veselé i smutné, dobré i špatné, ale celkově to byl dobrý život.

6.7 Výsledky průzkumu a ověření hypotézy

Výzkumná otázka č. 1:

Jak jsou klienti domova pro seniory spokojeni s celkovou kvalitou života?

Z výsledku výzkumu uvedeného v tabulce a grafu č. 21 vyplývá, že většina seniorů (57,3 %) je s kvalitou svého života celkově spokojena. Důležitým poznatkem je, že kvalita života je dána individualitou každého jedince. Někdo je s kvalitou svého života velmi spokojený, jiný hodnotí svůj život průměrně až dobře. Tuto skutečnost ovšem ovlivňuje mnoho faktorů, kterými může být např. zdravotní stav, vztahy s rodinou či pocit plnohodnotně

prožitého života. Celková spokojenost je z velké části ovlivněna psychikou jedince a tím, jaký postoj má k životu.

Výzkumná otázka č. 2:

Jaké vybrané hodnoty spokojeného života jsou pro seniory nejdůležitější?

Odpověď na tuto otázku je interpretována v grafu č. 12. Z výsledků šetření je patrné, že za nejdůležitější hodnotu spokojeného života považují respondenti zdraví (100 % respondentů) a pozornost blízkých, rodiny (87,64 % respondentů). Právě rodina je velkou oporou pro seniory, významným smyslem života a psychickou podporou v případě, kdy je jejich život poznamenán zhoršením zdravotního stavu. Rovněž zájmové činnosti (např. zahrádka, kutilství, rybaření, umělecké aktivity apod.) jsou pro respondenty velmi důležitou hodnotou spokojeného života (85,39 % respondentů) oproti hodnotám, jako jsou finance (40,45 % respondentů) či vzdělávání (41,57 % respondentů).

Výzkumná hypotéza:

H_A : Senioři s vyšším dosaženým vzděláním mají větší zájem o vzdělávací aktivity než senioři s nižším dosaženým vzděláním.

H_0 : Senioři s vyšším dosaženým vzděláním mají stejný zájem o vzdělávací aktivity jako senioři s nižším dosaženým vzděláním.

Rozdíl v zájmu o vzdělávací aktivity byl zkoumán z hlediska dosaženého stupně vzdělání. Účastníci výzkumu byli rozděleni do dvou skupin dle stupně vzdělání (viz tabulka č. 3). První skupinu tvoří respondenti se základním a středním vzděláním bez maturity (vyučení) a ve druhé skupině jsou respondenti se středním vzděláním s maturitou a vysokoškolským vzděláním. Hypotéza byla ověřena testem významnosti pro kontingenční tabulku. Test byl proveden na hladině významnosti 0,05.

Tabulka č. 22: Výpočet pro χ^2

	ANO	NE	Σ
ZŠ, vyučen	36 (36,51)	21 (20,49)	57
SŠ, VŠ	21 (20,49)	11 (11,51)	32
Σ	57	32	

$$\chi^2 = 0,055$$

$$\chi^2_{0,05}(1) = 3,841$$

Vypočítaná hodnota je nižší než tabulková hodnota, přijímáme tedy H_0 a odmítáme H_A . Neexistuje tedy závislost mezi zkoumanými jevy. Je možno konstatovat, že senioři s vyšším dosaženým vzděláním mají stejný zájem o vzdělávací aktivity jako senioři s nižším dosaženým vzděláním.

Z výše uvedené tabulky lze konstatovat, že počet seniorů, kteří mají zájem o vzdělávací aktivity je celkově vyšší než počet seniorů, kteří o vzdělávání již nemají zájem. Bylo by tedy vhodné, podporovat tento zájem o vzdělávací aktivity v seniorském věku a vytvářet pro seniory nabídku vhodných vzdělávacích aktivit na základě jejich zájmu a možností.

6.8 Shrnutí výsledků výzkumu a doporučení pro praxi

Hlavním cílem bakalářské práce bylo zjistit hodnocení kvality života seniory v Domově pro seniory Lukov, dále zjistit důležitost vybraných životních hodnot a zájem seniorů o vzdělávací aktivity v seniorském věku. Možnost vytvořit si subjektivní názor a zároveň návratnost dotazníků zajistilo osobní setkání a asistence při vyplňování dotazníků s jednotlivými respondenty.

Období stáří a stárnutí je provázáno řadou regresivních změn v různých oblastech života jedince a způsob, jakým se člověk vyrovnává s těmito změnami má zásadní vliv na vnímání a posuzování kvality života. Kvalita života je ovlivněna životními zkušenostmi i životními podmínkami a subjektivním vnímáním celé řady faktorů, mezi které patří například zdraví, rodinné poměry, preferované životní hodnoty, ekonomická situace a vzdělání.

Z výsledků výzkumu vyplývá, že v seniorském věku se do popředí hodnotového systému obecně dostává zdraví, vnímání osobní a rodinné pohody, ale také možnost smysluplně a aktivně trávit svůj volný čas. Vztahy se členy rodiny považují senioři, kteří mají děti, za velmi důležité a z osobních rozhovorů se seniory při vyplňování dotazníků bylo zjištěno, že všichni udržují se svými dětmi a příbuznými vřelé vztahy formou pravidelných návštěv a výletů. Většina seniorů také udržuje přátelské vztahy se spolubydlícími a sousedy v domově. Rovněž prostředí, ve kterém žijí má pro seniory značný význam, možnost zařídit si pokoje věcmi, ke kterým mají osobní vztah, jim přináší uspokojení a pocit domova.

Důležitým zjištěním při provádění výzkumu bylo, že téměř všichni oslovení senioři jsou s kvalitou svého života spokojeni, hodnotí svůj život průměrně až dobře. Bylo až překvapivé, že přes svůj vysoký věk a někdy i zdravotní omezení či životní ztráty, mají pozitivní přístup k životu a dostatek pozitivní energie a zájmu o nové věci. Při osobním setkání senioři vyjadřovali spokojenost s péčí sociálních pracovníků a činností aktivizačních pracovníků, téměř všichni senioři se dle svých zdravotních možností účastní všech kulturních i sportovních i vzdělávacích aktivit v domově. I přes širokou nabídku volnočasových aktivit dvě třetiny oslovených seniorů projevilo zájem o další vzdělávací aktivity, zejména z oblasti zdraví a zdravého životního stylu, protože jak již bylo výše zmíněno, zdraví považují za nejdůležitější životní hodnotu. Část oslovených seniorů má zájem o kurz práce na PC a internetu, protože má možnost mailové komunikace s rodinou a třetina seniorů by uvítala přednášky či promítání filmů o přírodě a cestování.

Zde vidíme příležitost pro vedení domova pro seniory podporovat zájem seniorů o vzdělávací aktivity a aktivně vyhledávat dostupné a přiměřené možnosti vzdělávání či aktivit klientů domova, ať v oblasti zdravovědy, např. formou přednášek o prevenci či léčbě diabetu, hypertenze a zdravém životním stylu, či rozšířit nabídku promítání cestopisných a přírodovědných filmů, dále organizovat pro zájemce procházky přírodou v jarních a letních měsících a rozšířit nabídku volnočasových aktivit o kurz práce na PC. Tyto aktivity přispívají k pocitu důstojnosti a životního uspokojení seniorů i k fyzickému a duševnímu zdraví.

Uvedená doporučení na zlepšení vzdělávací nabídky vycházejí z výsledků dotazníkového šetření a také z rozhovorů s jednotlivými respondenty při vyplňování dotazníků. Ke zvýšení kvality života a podpoře aktivního stárnutí je nutné usilovat o lepší pochopení potřeb a zájmů seniorů a dát lidem v této etapě života příležitost pro aktivní a spokojený život.

ZÁVĚR

Problematika stáří a stárnutí je jedním ze sociálních fenoménů, které ovlivňují chod naší společnosti. V následujících letech, vlivem demografického vývoje, bude tato problematika stále aktuálnější. Stárnutí a stáří je provázáno řadou změn v oblastech života jedince, které ovlivňují kvalitu života ve stáří. Téma kvality života seniorů se v poslední době dostává do popředí zájmu celé společnosti a i nedílnou součástí vládních programů zaměřených na zvýšení kvality života ve stáří. Kvalita života jednotlivých lidí je ovlivněna životními zkušenostmi i životními podmínkami a jejich subjektivním vnímáním. Je zřejmé, že na vnímání kvality života má vliv věk, zdravotní stav, sociální postavení, rodinné poměry i vzdělání. V seniorském věku se do popředí hodnotového systému dostává zdraví, rodinné vztahy a využití volného času.

Účelem volby tématu bakalářské práce bylo zjistit, jak vnímají kvalitu svého života seniři v Domově pro seniory Lukov, důležitost vybraných životních hodnot a v neposlední řadě jejich zájem o vzdělávací aktivity v seniorském věku.

I přes různorodost volnočasových aktivit, které zařízení domova pro seniory organizuje a nabízí, existují oblasti vzdělávání, které seniory zajímají a jejichž uspokojování je důležité pro jejich spokojený a kvalitní život. Pochopení potřeb současných seniorů a snaha o jejich naplňování povede ke zvyšování kvality života seniorů v domovech pro seniory a podpoře aktivního stárnutí a tím i prosperity celé společnosti.

Závěrem lze konstatovat, že zájem seniorů zapojovat se do vzdělávacích aktivit má velký vliv na kvalitu života seniorů a je v zájmu celé společnosti tento zájem o aktivní život ve stáří podporovat a zvyšovat tak kvalitu života ve stáří a podporovat prosperitu stárnoucí společnosti. Teprve takový aktivní a komplexní přístup ke stáří a jeho pojetí jako období nového rozvoje osobních aktivit, zachování fyzického a psychického zdraví člověka a tím rozvoje celé osobnosti, je obrazem stárnutí a stáří v dnešní společnosti, je příkladem „umění stárnout“.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] BENEŠ, Milan, 2014. *Andragogika*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4824-5.
- [2] ČÍŽKOVÁ, Jitka et al., 1999. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého. ISBN 80-7067-953-0.
- [3] DRAGOMIRECKÁ, Eva a Jitka BARTOŇOVÁ, 2006. *WHOQOL-BREF, WHOQOL-100. Příručka pro uživatele české verze dotazníků kvality života Světové zdravotnické organizace*. Praha: Psychiatrické centrum. ISBN 80-85121-82-4.
- [4] DRAGOMIRECKÁ, Eva a Jitka PRAJSOVÁ, 2009. *WHOQOL-OLD. Příručka pro uživatele české verze dotazníku Světové zdravotnické organizace pro měření kvality života ve vyšším věku*. Praha: Psychiatrické centrum. ISBN 978-80-87142-05-9.
- [5] DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar, 2012. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4138-3.
- [6] HAŠKOVCOVÁ, Helena., 2010. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.
- [7] CHRÁSKA, Miroslav, 2007. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.
- [8] KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ, 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada. ISBN 978-80247-2169-9.
- [9] MÜHLPACHR, Pavel a Helena VAĎUROVÁ, 2005. *Kvalita života. Teoretická a metodologická východiska*. Brno: MSD. ISBN 80-210-3754-7.
- [10] LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ, 2006. *Vývojová psychologie 2*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1284-9.
- [11] MÜHLPACHR, Pavel, 2004. *Gerontopedagogika*. Brno: MU. ISBN 80-210-3345-2.
- [12] MÜHLPACHR, Pavel, 2008. *Základy gerontologie*. Brno: MSD. ISBN 978-80-7392-072-2.
- [13] NAKONEČNÝ Milan, 1998. *Základy psychologie*. Praha: Academia. ISBN 80-200-1290-7.

- [14] NAKONEČNÝ Milan, 1995. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia. ISBN 80-200-0525-0.
- [15] PACOVSKÝ, Vladimír, 1999. *O stárnutí a stáří*. Praha: AVICENUM. ISBN 80-201-8076-8.
- [16] RABUŠIC, Ladislav, 1995. *Česká společnost stárne*. Brno: MU. ISBN: 80-210-1155-6.
- [17] STUART – HAMILTON, Ian, 1999. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-274-2.
- [18] ŠVANCARA, Josef, 1983. *Psychologie stárnutí a stáří*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. ISBN 4-0820-138-83.
- [19] TOŠNEROVÁ, Tamara, 2009. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-2104-7.
- [20] VÁGNEROVÁ, Marie, 2007. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum. ISBN: 978-80-246-1318-5.

INTERNETOVÉ ZDROJE

- [21] ČESKO, 2006. *Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách*. [online]. [cit. 2016-03-10] Dostupný z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/13640/108_2006_2015.pdf.
- [22] KVALITA ŽIVOTA VE STÁŘÍ. *Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008-2012*. 2008. Praha: MPSV. ISBN 978-80-86878-65-2 [online]. [cit. 2016-03-10] Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/5045>.
- [23] MPSV. Sociální služby. *Domovy pro seniory*. [online]. [cit. 2016-03-10] Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/18661#sspd>.
- [24] SVOBODOVÁ, L. *Kvalita života*. [online]. 23. 11. 2007, [cit. 2016-03-10] Dostupné z: http://kvalitazivota.vubp.cz/prispevky/soudoba_sociologie_II_kvalita_zivota-svobodova.doc.
- [25] *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017*. Praha: MPSV. [online] [cit. 2016-03-10] Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/20851/NAP_311214.pdf

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

WHO Světová zdravotnická organizace

Např. Například

Tzv. Takzvaně

OSN Organizace spojených národů

MPSV Ministerstvo práce a sociálních věcí

ČR Česká republika

Měs. Měsíc

Tj. To je

Celk. Celkový

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek č. 1 Maslowova pyramida potřeb

SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1: Pohlaví

Tabulka č. 2: Věk

Tabulka č. 3: Vzdělání

Tabulka č. 4: Rodinný stav

Tabulka č. 5: Děti

Tabulka č. 6: Důležitost prostředí

Tabulka č. 7: Vztahy s rodinou

Tabulka č. 8: Vztahy s přáteli

Tabulka č. 9: Volnočasové aktivity

Tabulka č. 10: Zhoršení smyslů

Tabulka č. 11: Mobilita

Tabulka č. 12: Hodnoty spokojenosti

Tabulka č. 13: Životní omezení

Tabulka č. 14: Příležitosti

Tabulka č. 15: Zájem o vzdělávání

Tabulka č. 16: Překážky vzdělávání

Tabulka č. 17: Přínos vzdělávání

Tabulka č. 18: Význam vzdělávání

Tabulka č. 19: Obor vzdělávání

Tabulka č. 20: Způsob výuky

Tabulka č. 21: Kvalita života

Tabulka č. 22: Výpočet pro χ^2

SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1: Pohlaví

Graf č. 2: Věk

Graf č. 3: Vzdělání

Graf č. 4: Rodinný stav

Graf č. 5: Děti

Graf č. 6: Důležitost prostředí

Graf č. 7: Vztahy s rodinou

Graf č. 8: Vztahy s přáteli

Graf č. 9: Volnočasové aktivity

Graf č. 10: Zhoršení smyslů

Graf č. 11: Mobilita

Graf č. 12: Hodnoty spokojenosti

Graf č. 13: Životní omezení

Graf č. 14: Příležitosti

Graf č. 15: Zájem o vzdělávání

Graf č. 16: Překážky vzdělávání

Graf č. 17: Přínos vzdělávání

Graf č. 18: Význam vzdělávání

Graf č. 19: Obor vzdělávání

Graf č. 20: Způsob výuky

Graf č. 21: Kvalita života

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. I Standardy kvality sociálních služeb

Příloha č. II Rozpis zaměstnanců domova

Příloha č. III Souhlas s provedením výzkumu

Příloha č. IV Dotazník

Příloha č. V Tabulky četnosti

PŘÍLOHA I: STANDARDY KVALITY SOCIÁLNÍCH SLUŽEB

STANDARD Č. 1	Cíle a způsoby poskytování služeb
STANDARD Č. 2	Ochrana práv osob
STANDARD Č. 3	Jednání se zájemcem o sociální službu
STANDARD Č. 4	Smlouva o poskytnutí sociální služby
STANDARD Č. 5	Individuální plánování průběhu sociální služby
STANDARD Č. 6	Dokumentace o poskytování sociální služby
STANDARD Č. 7	Stížnosti na kvalitu nebo způsob poskytování sociální služby
STANDARD Č. 8	Návaznost poskytované sociální služby na další dostupné zdroje
STANDARD Č. 9	Personální a organizační zajištění sociální služby
STANDARD Č. 10	Profesní rozvoj zaměstnanců
STANDARD Č. 11	Místní a časová dostupnost služeb
STANDARD Č. 12	Informovanost o poskytované sociální službě
STANDARD Č. 13	Prostředí a podmínky
STANDARD Č. 14	Nouzové a havarijní situace
STANDARD Č. 15	Zvyšování kvality sociálních služeb

PŘÍLOHA III: SOUHLAS S VÝZKUMEM



ŽÁDOST O POVOLENÍ PROVEDENÍ DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ

Vážená paní ředitelko,

v současné době jsem studentkou 3. ročníku kombinovaného bakalářského studia obor Andragogika v profilaci na řízení lidských zdrojů v neziskové sféře na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně.

V rámci studia píši bakalářskou práci na téma Kvalita života seniorů, kde v empirické části práce zpracovávám data získaná formou dotazníkového šetření.

Žádám Vás proto o povolení provést dotazníkové šetření v Domově pro seniory v Lukově. Ráda bych oslovila klienty domova pro seniory se žádostí o vyplnění dotazníku týkajícího se kvality života ve starším věku. Dotazníkové šetření bych prováděla, dle Vašich možností v období listopad 2015 – leden 2016.

Předem děkuji za povolení provést dotazníkové šetření.

S pozdravem

Iva Červinková

Vyjádření :



DOMOV PRO SENIORY LUKOV
příspěvková organizace
763 17 Lukov - Hradská 82
IČO 708 50 941

PŘÍLOHA IV: DOTAZNÍK

DOTAZNÍK

Vážená paní, vážený pane,

Jsem studentkou Fakulty humanitních studií Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně (FHS UTB) a v současné době zpracovávám bakalářskou práci na téma Kvalita života seniorů v Domově pro seniory. Cílem dotazníku je zjistit, nakolik jste Vy osobně spokojen/a v různých aspektech života, a jaké hodnoty jsou pro Vás v životě důležité.

Prosím proto o vyplnění tohoto dotazníku, a to tak, že označíte odpověď, která nejlépe vystihuje Váš názor.

Odpovědi jsou anonymní a důvěrné. Budou sloužit pouze pro potřeby mé bakalářské práce a nebudou použity ke komerčním účelům.

Děkuji

Iva Červinková
studentka FHS UTB ve Zlíně

Vámi zvolenou odpověď, prosím, zakroužkujte!

Pohlaví

- a) žena
- b) muž

Uveďte prosím Váš věk:

Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- a) základní
- b) středoškolské bez maturity/vyučen/a
- c) středoškolské s maturitou
- d) vysokoškolské

Rodinný stav

- a) svobodný/á
- b) ženatý/vdaná, s druhem
- c) rozvedený/á
- d) vdovec/vdova

Máte děti?

Ano Ne

U každé z uvedených odpovědí označte důležitost číslicí 1 až 5

1 = velmi nedůležité 5 = velmi důležité.

1. Jak důležité je pro Vás prostředí ve kterém žijete?

1 | 2 | 3 | 4 | 5

2. Jak důležité jsou pro Vás vztahy s rodinou?

1 | 2 | 3 | 4 | 5

3. Jak důležité jsou pro Vás vztahy s přáteli/lidmi ve Vašem okolí?

1 | 2 | 3 | 4 | 5

4. Jak jsou pro Vás důležité koníčky/volnočasové aktivity?

1 | 2 | 3 | 4 | 5

5. Do jaké míry ovlivňuje zhoršení Vašich smyslů (např. sluch, chuť, hmat, zrak nebo čich) Vaši komunikaci s ostatními lidmi?

1 | 2 | 3 | 4 | 5

6. Do jaké míry ovlivňuje zhoršení Vaší mobility Vaši schopnost zapojit se do různých činností?

1 | 2 | 3 | 4 | 5

7. Co podle Vás potřebuje senior ke spokojenému životu?

a) Zdraví

1 | 2 | 3 | 4 | 5

b) Finanční prostředky

1 | 2 | 3 | 4 | 5

c) Pozornost blízkých (rodiny), přátel

1 | 2 | 3 | 4 | 5

d) Vzdělávání, např. formou přednášky, kurzu, univerzity třetího věku aj.

1 | 2 | 3 | 4 | 5

e) Zájmová činnost - např. zahrádka, kutilství, rybaření, umělecké aktivity aj.

1 | 2 | 3 | 4 | 5

f) Jiné možnosti (uveďte, které).....

1 | 2 | 3 | 4 | 5

8. Co Vám znesnadňuje život?

a) Zdravotní stav

1 | 2 | 3 | 4 | 5

b) Rodinné poměry

1 | 2 | 3 | 4 | 5

c) Sousedské vztahy

1 | 2 | 3 | 4 | 5

d) Nedostatečná nabídka volnočasových aktivit ve vašem zařízení

1 | 2 | 3 | 4 | 5

e) Jiné (uveďte které).....

1 | 2 | 3 | 4 | 5

9. Nabízí podle Vašeho názoru Vaše zařízení pro seniory dostatek příležitostí ke:

a) společenskému vyžití (např. pořádání kulturních akcí, setkání se seniory apod.)?

ANO (uveďte jaké).....

NE (uveďte konkrétně, co chybí)

.....

b) sportovnímu vyžití?

ANO (uveďte jaké).....

NE (uveďte konkrétně, co chybí)

.....

c) vzdělávání?

ANO (uveďte jaké).....

NE (uveďte konkrétně, co chybí)

.....

10. Využil(a) byste nabídku vzdělávání ve Vašem zařízení, popř. v jiné vzdělávací instituci?

ANO

NE

11. Pokud jste odpověděl(a) na předchozí otázku záporně, co je hlavní překážkou Vašeho nezájmu o vzdělávání?

Označte, prosím, maximálně dvě z uvedených možností:

a) Finanční problémy

b) Doprava

c) Zdravotní problémy

d) Programové zaměření vzdělávacích institucí

e) Jiné důvody (uveďte, které).....

f) Nevím

PŘÍLOHA V: TABULKY ČETNOSTI

Tabulka č. 1: Pohlaví

	Četnost	%
Muži	17	19,10
Ženy	72	80,90
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 2: Věk

	Četnost	%
Do 75 let	8	8,99
75 a více	81	91,01
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 3: Vzdělání

	Četnost	%
Základní	15	16,86
Vyučen	42	47,19
Středoškolské	26	29,21
Vysokoškolské	6	6,74
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 4: Rodinný stav

	Četnost	%
Svobodný/á	4	4,49
Ženatý, vdaná	8	8,99
Rozvedený/á	10	11,24
Vdovec/vdova	67	75,28
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 5: Děti

	Četnost	%
Ano	81	91,01
Ne	8	8,99
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 6: Prostředí

	Četnost	%
1 - velmi nedůležité	0	0,00
2 - nedůležité	0	0,00
3 - ani nedůležité, ani důležité	10	11,24
4 - důležité	51	57,30
5 - velmi důležité	28	31,46
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 7: Vztahy s rodinou

	Četnost	%
1 - velmi nedůležité	1	1,12
2 - nedůležité	6	6,74
3 - ani nedůležité, ani důležité	3	3,37
4 - důležité	31	34,84
5 - velmi důležité	48	53,93
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 8: Vztahy s přáteli

	Četnost	%
1 - velmi nedůležité	0	0,00
2 - nedůležité	17	19,10
3 - ani nedůležité, ani důležité	27	30,34
4 - důležité	34	38,20
5 - velmi důležité	11	12,36
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 9: Volnočasové aktivity

	Četnost	%
1 - velmi nedůležité	0	0,00
2 - nedůležité	17	19,10
3 - ani nedůležité, ani důležité	27	30,34
4 - důležité	34	38,20
5 - velmi důležité	11	12,36
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 10: Zhoršení smyslů

	Četnost	%
1 - vůbec neovlivňuje	23	25,84
2 - neovlivňuje	29	32,58
3 - bez vlivu	3	3,37
4 - ovlivňuje	24	26,97
5 - velmi ovlivňuje	10	11,24
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 11: Mobilita

	Četnost	%
1 - vůbec neovlivňuje	10	11,24
2 - neovlivňuje	27	30,34
3 - bez vlivu	7	7,87
4 - ovlivňuje	24	26,97
5 - velmi ovlivňuje	21	23,60
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 12: Hodnoty spokojenosti

	Zdraví	%	Finan- ce	%	Pozor- nost	%	Vzdě- lávání	%	Zájmy	%
1 - bezvýznamné	0	0,00	3	3,37	0	0,00	9	10,11	4	4,49
2 - málo důležité	0	0,00	31	34,83	5	5,62	26	29,21	5	5,62
3 - středně důležité	0	0,00	19	21,35	6	6,74	17	19,10	4	4,49
4 - velmi důležité	21	23,60	30	33,71	44	49,44	29	32,58	39	43,82
5 - nezbytné	68	76,40	6	6,74	34	38,20	8	8,99	37	41,57
Celkem	89	100,00	89	100,00	89	100,00	89	100,00	89	100,00

Tabulka č. 13: Životní omezení

	Zdravot- ní stav	%	Rodinné poměry	%	Soused- ské vzta- hy	%	Nedosta- tek vol- nočasov- ých aktivit	%
1-vůbec neomezuje	8	8,99	65	73,03	62	69,66	46	51,69
2 - málo omezuje	15	16,85	22	24,72	21	23,60	29	32,58
3 - spíše omezuje	4	4,49	0	0,00	3	3,37	10	11,24
4 - velmi omezuje	23	25,84	2	2,25	2	2,25	4	4,49
5 - zcela omezuje	39	43,82	0	0,00	1	1,12	0	0,00
Celkem	89	100,00	89	100,00	89	100,00	89	100,00

Tabulka č. 14: Příležitosti

	Ano	Ne
Společenské vyžití	85	4
Sportovní vyžití	89	0
Vzdělávání	58	3
Celkem	232	7

Tabulka č. 15: Zájem o vzdělávání

	Četnost	%
Ano	57	64,04
Ne	32	35,96
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 16: Překážky vzdělávání

	Četnost	%
Finanční problémy	0	0,00
Doprava	0	0,00
Zdravotní problémy	26	29,21
Programové zaměření vzdělávacích institucí	1	1,12
Jiné důvody	1	1,12
Nevím	4	4,49
Celkem	32	35,96

Tabulka č. 17: Přínos vzdělávání

	Četnost	%
Společenské	12	13,48
Právní	0	0,00
PC, internet	14	15,73
Jazyky	7	7,87
Zdravověda	18	20,22
Umění	1	1,12
Jiné	5	5,62
Celkem	57	64,04

Tabulka č. 18: Význam vzdělávání

	Četnost	%
Ano	85	95,51
Ne	4	4,49
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 19: Obor vzdělávání

	Četnost
Společenské vědy	4
Vědy o umění	7
Cizí jazyky	9
Právo	0
PC, internet	20
Zdravověda	43
Politika	0
Jiné	33
Celkem	116

Tabulka č. 20: Způsob výuky

	Četnost	%
Přednáška s diskuzí	28	31,46
Praktická činnost	6	6,74
Kombinace přednášky a praxe	38	42,70
Jiné	17	19,10
Celkem	89	100,00

Tabulka č. 21: Kvalita života

	Četnost	%
1 - velmi špatně	0	0,00
2 - špatně	1	1,12
3 - průměrně	37	41,57
4 - dobře	36	40,45
5 - velmi dobře	15	16,85
Celkem	89	100,00