

Univerzita Karlova

Filozofická fakulta

Katedra sociální práce

Rigorózní práce

SENIOR JAKO DOBROVOLNÍK V SOCIÁLNÍ PRÁCI
THE ELDERLY PERSON AS A VOLUNTEER IN SOCIAL WORK

Mgr. Jiří Šedivý

Praha 2018

Vedoucí práce: PhDr. Jaroslava Šťastná, PhD.

Poděkování

Děkuji na tomto místě PhDr. Jaroslavě Šťastné, PhD. za podporu při tvorbě rigorózní práce za přínosné rady, odborný dohled a ochotu při konzultacích a všem respondentům za jejich vstřícnost, ochotu a otevřenost ve sdílení, neboť bez nich by tato práce nemohla vzniknout.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem tuto rigorózní práci vypracoval samostatně, že jsem řádně citoval všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 30. 1. 2018

Mgr. Jiří Šedivý

Klíčová slova:

Senior, sociální práce, dobrovolník, dobrovolnictví, zapojení, sociální služby, seniorský věk

Keywords:

Senior, social work, volunteer, volunteering, engagement, social services, senior age

Abstrakt:

Rigorózní práce „Senior-dobrovolník v sociální práci“ pojednává o dobrovolné činnosti seniorů, v oblasti sociální práce a objasňuje, jak jejich činnost ovlivňuje jejich život v období seniorského věku. Teoretická část práce podává ucelený pohled na problematiku seniorského věku a jeho hlavní představitele, seniora/seniorky a kvalitu jejich života v naší společnosti. Dále se zabývá pohledem na seniora-dobrovolníka v současné seniorské populaci, specifičností, možnostmi a úskalími v práci se seniory-dobrovolníky, začleňováním seniorů-dobrovolníků do sociální práce a konkrétními příklady dobrovolnické činnosti seniorů v sociální práci v různých organizacích v České republice. Podrobně jsou podle zahraničních zdrojů zpracovány příklady dobrovolnictví seniorů ve vybraných evropských i mimoevropských zemích. Druhá část rigorózní práce je zpracována v podobě výzkumného šetření, jehož cílem bylo zmapovat problematiku dobrovolnictví seniorů v sociální práci na základě dvoufázového výzkumného šetření a zjistit, jaké hodnoty přináší seniorům dobrovolnictví v sociální práci v oblasti prohloubení sociálních kontaktů, fyziologických změn, psychologického rozvoje a duchovního rozvoje, ale také jaké dopady má na seniory jejich činnost v dobrovolné práci.

Z dosažených výsledků obou fází výzkumného šetření vyplývá, že sami senioři považují činnost ve společnosti ostatních lidí za obohacující, předcházejí pocitu vlastní izolovanosti, který je často považován za jeden z nejzávažnějších sociálních problémů v souvislosti se sociálním vyloučením. Individuálně se zlepšuje jejich fyzický a psychický stav, který je jedním z hlavních rizikových faktorů sociálního vyloučení. Senioři-dobrovolníci činní v sociální práci získávají osobní smysluplnost a prostor pro vlastní seberealizaci.

Abstract:

The PhD thesis "A senior-volunteer in social work" concerns senior volunteering in all fields of social work and it also clarifies the impact on the senior volunteers' living world. The theoretical part deals with a complex view of seniors' ageing with its leading male/female senior citizen representatives and also deals with the quality of seniors' living conditions in the modern society. Furthermore it follows up perspective of the senior volunteer in the current senior generation with its specificity, chances, opportunities and difficulties of senior volunteering work, integration of senior volunteers into social work and also produce real examples of senior volunteering in social work through many different institutions in the Czech republic. According to foreign sources of information both in some European and non-European countries detailed compiled examples of senior volunteering are adapted. The second part of the PhD thesis is elaborated as a form of empirical research with the aim of mapping senior volunteering issues in social work based on the research survey to find the values that volunteering in social work brings to deepen seniors' social contacts and spiritual progress but also the impact of volunteering on seniors themselves.

According the achieved results of the survey the seniors themselves find volunteering highly beneficial. The volunteering itself prevents seniors from isolation which is considered as the most problematic issue in connection with the social exclusion. Individually the seniors' social and physical condition improves and active seniors' volunteers gain personal meaningfulness and space for self-fulfillment.

OBSAH

ÚVOD	12
I. TEORETICKÁ ČÁST	15
1. OBDOBÍ SENIORSKÉHO VĚKU	15
1.1 Vymezení pojmů	15
1.1.1 Definice seniorství, stárnutí a stáří	15
1.1.2 Seniorství v historickém a kulturním kontextu	16
1.1.2.1 Stáří a stárnutí ve světě	19
1.1.3 Mezinárodní dokumenty o seniorské populaci	20
1.2 Demografický vývoj v ČR	22
1.2.1 Současný stav seniorské populace v ČR	22
1.2.2 Grafické vyjádření demografických trendů	23
1.3 Životní etapy seniorského věku	26
1.4 Aktivní stáří	31
1.4.1 Aktivní stárnutí Českých seniorů	35
1.5 Osobnost seniora	36
1.6 Pohled na seniora v současné společnosti	45
1.6.1 Současná generace seniorů	48
2. AKTIVITY SENIORŮ V OBLASTI DOBROVOLNICTVÍ	50
2.1 Dobrovolnictví	51
2.1.1 Pojem dobrovolník a dobrovolnictví	52
2.1.2 Motivace seniorů k dobrovolnictví v sociální práci	53
2.1.3 Specifikace práce se seniory dobrovolníky	55
2.1.4 Zákon o sociálních službách a pojem dobrovolnictví	59
2.2 Smysl zapojení seniorů dobrovolníků	60
3. DOBROVOLNICTVÍ SENIORŮ V ZAHRANIČÍ	64
3.1 Dobrovolnictví v EU	67
3.1.1 Konceptní rámec případových studií	68
3.1.2 Země zapojené ve výzkumném šetření	71
3.1.3 Přehled dobrovolnických studií v Evropě	73
3.1.4 Překážky dobrovolnictví	74
3.1.5 Evropské dobrovolnictví v praxi	76
3.1.6 Rizika sociálního vyloučení	78
3.2 Dobrovolnictví seniorů v ČR	82
II. PRAKTICKÁ ČÁST	90
4. VÝZKUMNÝ CÍL	90
4.1 Strategie výzkumu	90
4.2 Metodologie sběru informací	91
4.3 Vzorek výzkumu	92
4.4 Popis výzkumného šetření	93
4.5 První fáze výzkumného šetření, dotazník	95
4.5.1 Výsledná interpretace dotazníkového šetření	97
4.6 Druhá fáze výzkumného šetření, polostrukturovaný rozhovor	100
4.7 Polostrukturované hloubkové rozhovory ve výzkumném šetření	102

4.7.1 Vliv nehmotného bohatství.....	106
4.7.2 Můj svět, moje soukromí.....	109
4.7.3 Rodina jako priorita, nebo překážka.....	110
4.7.4 Pozitivní a aktivní senior.....	111
4.7.5 Senior v roli dobrovolníka v sociální práci.....	115
4.7.6 Vlastní význam pro seniora dobrovolníka.....	116
4.7.7 Máme svůj svět.....	117
4.7.8 Aktivní a pozitivní senior.....	119
4.7.9 Osobnost dobrovolníka v sociální práci.....	121
4.8 Dotazování ze strany klientů.....	122
4.8.1 Dobrovolná činnost seniorů a její smysl pro klienty.....	122
4.8.2 Význam dobrovolné činnosti pro seniora dobrovolníka.....	123
4.8.3 Respektování seniora dobrovolníka a jeho životního světa.....	123
4.9 Dotazování jednotlivých členů v rodině.....	124
4.9.1 Souhlas rodinných příslušníků s dobrovolnou činností respondentů.....	124
5. INTERPRETACE POLOSTRUKTUROVANÝCH ROZHOVORŮ.....	125
6. ZÁVĚRY A DOPORUČENÍ.....	126
7. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	134
8. SEZNAM GRAFŮ.....	148
9. SEZNAM TABULEK.....	149
10. PŘÍLOHY.....	149

Poznámka:

Jestliže autor v textu používá generické maskulinum (senior, dobrovolník, klient atd.), činí tak pouze z důvodu zjednodušení textu.

ÚVOD

Dobrovolnictví je přirozená forma lidské solidarity a sounáležitosti. Počátky tohoto lidského jednání ve společnosti sahají v naší lidské historii až tisíciletí zpět. První zmínky o dobrovolnictví jsou na našem území datovány v dobách vzniku prvních špitálů založených v 11. století, které lze považovat za součást institucionální pomoci všem potřebným lidem. Dobrovolnictví má své pevné místo i v současné moderní sociální práci, ačkoli výhradně na něm by provoz sociální práce neměl být postaven. Úloha dobrovolníků v dnešní sociální práci se stala podpůrnou pomocí a dobrovolníci tak doplňují práci profesionálů a v neposlední řadě jsou těmi, kteří zvyšují kvalitu života klientů sociálních služeb.

Pojem dobrovolnictví se stává oblíbeným tématem, o kterém bylo v určitém směru napsáno mnoho. Postupem času vzniklo velké množství úspěšně fungujících dobrovolnických programů, které se velkou měrou věnují dětem a mladistvým kolem nás. Vznikly dobrovolnické programy pro osoby nezaměstnané nebo dobrovolnické programy pro seniory v nemocnicích a v zařízeních sociální péče.

Nová doba s sebou přináší nové trendy - např. dobrovolnické programy v zahraničí nebo stále populární firemní dobrovolnictví. S přihlédnutím k současnému demografickému vývoji je více aktuální dobrovolnictví u seniorů, které si hledá v současné společnosti, sice zatím pomalu, ale úspěšně, svou cestu.

O stárnoucí populaci slyšíme neustále ze všech mediálních prostředků. Moderní společnost v současné době disponuje řadou možností, jak nejen život člověka prodloužit, ale i jak mu zajistit jeho kvalitní prožívání. V naší moci je možnost zajistit kvalitní zdravotní péči, na jejímž základě můžeme prodloužit život lidí kolem nás. To však s sebou nese četné otázky o smyslu našeho života a jeho kvalitě. Dnes se již zažitý pojem „senior“ stal široce rozšířeným a více než kdy v předešlých letech začal zahrnovat všechny osoby s mnohdy diametrálně odlišnou osobnostní charakteristikou. Zejména vnímání samotných seniorů v naší společnosti prochází zásadními proměnami. Dobrovolnická činnost seniorů se stává smysluplnou činností a jako jedna z mnoha možných nabídek aktivního života seniorů může přispět a prospět nejen celé naší společnosti, ale i seniorům-dobrovolníkům samotným.

Rigorózní práce primárně směřuje k vyhodnocení přínosu dobrovolnické činnosti seniorů-dobrovolníků pro společnost i pro dobrovolníka samotného. Práce pojednává především o osobnosti seniora jako o cenné součásti naší společnosti.

V teoretické části práce je zpracovaný ucelený pohled na celou problematiku stárnutí v naší společnosti, vycházející z demografických aspektů, které v současné době ovlivňují stárnutí populace. Specificky je popsán pohled současné společnosti na stáří, odchod do důchodu jako významný mezník v životě člověka. Nabízí možné formy adaptace v seniorském věku a seznamuje s nimi.

V další části se tato práce zabývá tematickým celkem volného času seniorů a vyzdvihuje význam aktivního života ve stáří a seznamuje s možnými adaptačními formami pro život v seniorském věku. Součástí této práce je téma související s volným časem seniorské populace, jež zdůrazňuje významný podíl aktivit v seniorském věku, a přibližuje tak možné formy trávení volného času a pojetí aktivního stárnutí na příkladech evropského a mimoevropského dobrovolnictví v sociální práci.

Mezi nejdůležitější části této práce patří kapitoly zabývající se obecnou problematikou dobrovolnictví s podrobnějším zpracováním a přiblížením celkové podstaty dobrovolnictví seniorů-dobrovolníků v sociální práci s důrazem na jejich zapojení v České republice společně s případovými studii o zapojení seniorů-dobrovolníku v zahraničí.

Podrobně jsou podle zahraničních zdrojů zpracovány příklady dobrovolnictví seniorů ve vybraných evropských i mimoevropských zemích. Konkrétně zpracované případové studie o dobrovolnictví v těchto zemích a poučení z osvědčených postupů v sociální práci se seniory dobrovolníky jsou uvedeny v příloze č. 1 a jsou hodnotnou součástí této práce. Zpracovaná závěrečná doporučení z těchto studií jsou uvedena v závěru jako:

Poučení z osvědčených postupů v sociální práci se seniory dobrovolníky, Evropské klíčové sdělení pro politiky a doporučení pro vlády a Evropské doporučení pro obce a místní orgány.

Místy se může stát, že se fakta opakují v různých kapitolách. Je tak činěno záměrně, aby se zvýraznila sounáležitost faktů a dějů a ušetřilo se tak hledání informací v předešlých kapitolách. Děje se tak náznakově, aniž by se text celý opakoval.

Cílem praktické části je v první fázi výzkumného šetření objasnit formou dotazníkového šetření, jaké hodnoty přináší seniorům dobrovolnictví v sociální práci v oblasti prohloubení sociálních kontaktů, fyziologických změn, psychologického rozvoje, duchovního rozvoje, v celém jejich životním světě a jejich vlastního vnímání seniorského věku.

Ve druhé fázi výzkumného šetření bylo cílem zjistit na základě metody polostrukturovaných hloubkových rozhovorů se seniory-dobrovolníky, jejich klienty a rodinnými příslušníky dopady dobrovolnické práce v sociální práci v jejich seniorském věku.

Na základě výzkumného zjištění možností dobrovolnické činnosti seniorů v sociální práci, může tato práce poskytnout seniorům příležitost k aktivnímu trávení svého volného času v seniorském věku, udržení a navázání nových kontaktů v oblasti sociální práce, ale především umožnit seniorům uplatnit a udržet životem získané profesní zkušenosti a dovednosti, a podpořit tak jejich začlenění v dobrovolnictví v sociální práci, ale také do společenského života.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. OBDOBÍ SENIORSKÉHO VĚKU

1.1 Vymezení pojmů

Definice o stárnutí a stáří je v závislosti na úhlu pohledu, jímž na stáří nahlížíme, mnoho. V odborných definicích o stárnutí zaměřených na fyziologické a psychické funkce, se objevují zejména tyto pojmy: úbytek (tělesné hmotnosti), pokles (vitality, životní energie), snížení (pohyblivosti), zpomalení (životního rytmu). Ne všechny změny u seniorů však musí směřovat vždy k jen horšímu.

U osobnostních vlastností jako jsou opatrnost, stálost, vytrvalost, rozvaha, trpělivost, pochopení se zase naopak setkáváme se zlepšením (Pacovský, 1990).

1.1.1 Definice seniorství, stárnutí a stáří

Všichni autoři definic o stárnutí a stáří se liší různou mírou neutrality. Někteří autoři se zaměřili na aspekty, které člověk ztrácí během tohoto životního období, jiní naopak vyzdvihují kladný potenciál seniorů. Jedno prastaré latinské přísloví o stáří říká: „Stáří je jako nevyлéčitelná choroba.“ Podle Grúna (2009, s. 8) je proces stárnutí výzvou, určitou příležitostí, primární zkušeností člověka a v neposlední řadě „tvůrčím procesem“.

Období stáří a času dávají do spojitosti autoři Pichaud a Thareauová (1998, s. 26), kteří považují starého člověka „za toho, kdo v určité společnosti žije delší dobu než ostatní jedinci“. Zároveň však citují Forretovou, předsedkyni Národní gerontologické nadace, která pojala definici o stáří, jako působení běhu času na osobnost jako lidskou bytost.

K jasnému vymezení přesné sociální definice o stáří došlo určením věkové hranice odchodu do starobního důchodu. Vznikla tak značná kategorie starých osob, jež je definována jako závislou skupinou osob, která je na společnosti vázaná ekonomickou a společenskou asistencí. Přestože je jasně určená věková hranice pro stáří výhodnou pro dlouhodobé plánování, je nutné pohlížet na každou osobnost – jedince v tomto v tomto věkovém období jako na osobnost s jedinečnou biologickou, psychologickou, sociální a také ekonomickou rozmanitostí.

Stáří se plynule dostalo do heterogenní kategorie, v níž se flexibilně proměňuje ve velmi blízké závislosti na proměňování dřívějších věkových kohort kohortami novými, jež získávají od žijících starších osob, odlišným (někdy novým) životním stylem s novými hodnotami, životními zkušenostmi a zážitky. V těsné blízkosti, tak vedle sebe žijí v rámci kategorie „seniorů“ rozmanité věkové kohorty, z nichž starší kategorie může zažívat, a v současném rytmu moderního životního běhu mnohdy zažívá, až kulturní šok (Rabušic, 1995, s. 80).

Vidovičová (2008, s. 30) došla ke zjištění, že lidé mají tendence spojovat období stáří zejména se špatným zdravotním stavem jedince, jeho neschopností postarat se sám o sebe a délkou věku (ve stejném pořadí). Vnější faktory jako jsou vzhled (bílé vlasy a vrásky) nebo odchod z pracovního procesu, osobní pasivita k „novinkám“ či problémová přizpůsobivost ke změnám nemusí být pro celkové vnímání stáří tak důležité. Je zřejmé, že na vnímání stáří mají vliv takové situace, které jsou stále pro člověka v jeho životním běhu neovlivnitelné (délka chronologického věku, zdravotní stav a s ním spojená imobilita), zatímco volbu práce, osobní aktivity, barva vlasů, a dnes již do značné míry ovlivnitelná dokonalost pokožky, můžeme svojí aktivitou, přičiněním a snahou ovlivňovat.

V neposlední řadě je třeba se zamyslet nad otázkou, jak své stáří vnímá samotný senior. Z výzkumného programu „Senioři vítáni“ (2008, s. 45) vyplynul pozitivní výsledek: „Seniorské období života není nic jiného, než další životní etapa“. V současné společnosti se od slova „staří“ ustupuje, protože je spojeno s negativní společenskou stigmatizací osob v seniorské populaci. Pojem senior tak už není nositelem žádného negativního znaku, stává se tak mnohem přijatelnějším (Senioři vítáni 2008, s. 46).

1.1.2 Seniorství v historickém a kulturním kontextu

Postoje ke stáří, jeho vnímání a hodnocení jsou odlišné v souvislosti s kontextem historické doby a s ní spojeným kulturním životem v dané společnosti. Během historie se pohled na stáří často měnil, častokrát bylo uctíváno, ale mnohokrát také odmítáno. Postoj ke stáří závisel na věku, kterého starý člověk dosáhl. Stáří lidé byli ctěni tehdy, když existovala malá pravděpodobnost, že se vysokého věku v dané době dožijí. Takový jedinec byl považován ve společnosti za výjimečného, až vzácného,

stával se symbolem životní moudrosti a byly mu připisovány mimořádné schopnosti (Pacovský, 1990).

Podle Stuarda–Hamiltona (1999) bylo příčinou uznání starých lidí to, že byli nositeli paměti, jakousi živoucí úschovou vzpomínek na dobu minulou, což bylo ve všech kulturách, které postrádaly psanou formu jazyka, velice významné a ceněné.

V historii vychází negativní pohled na stáří z nedostatku obživy nutné pro život. Pacovský (1990) tento stav označuje jako „ujídání staříků ze společného talíře“ (s. 46).

V časech bídy bylo na staré osoby nazíráno jako na přítěž, jako na jeden z aspektů prohlubování příčin chudoby, protože i pro ně bylo zapotřebí obstarat základní obživu. Na základě těchto primárních potřeb a následně také z důvodu zachování důstojnosti starého člověka, bylo v průběhu středověku založeno mnoho institucí typu chudobinců a starobinců, jež pro tyto osoby zajišťovaly nezbytnou péči.

V pozitivním duchu se k období stáří staví ve Starém zákonu Bible a spojuje toto období lidského věku s moudrostí a rozumovou zralostí. Sám Mojžíš věřil ve vědomosti a moudrost starých lidí (Grún, 2009). Ke kladnému vztahu ke starší generaci nabádá přikázání „Cti otce svého a matku svou...“ (Exodus 20,12), které od pradávna sloužilo jako základní „prevenční opatření pro současné existující a pro budoucí mezigenerační konflikty“ (Vidovičová, 2008, s. 136).

V Bibli lze nalézt také další požadavky a doporučení pro „dobrý život“ vycházející z respektu ke stáří, jako je: „Synu můj, ujmi se svého otce v jeho těžkém stáří, nezarmucuj ho, dokud je živ. Pozbývá-li svého rozumu, ber na něho ohled a nepohrdej jím, buď trpělivý, když ty jsi v plné síle“ (Kniha Sírachovcova 3, 14-15).

V antické literatuře je stáří líčeno jak v pozitivním, tak i v negativním světle. U známých postav eposu Ilias a Odysseia jsou zpodobňováni jako starci v plné fyzické i duševní síle, v komediálním ztvárnění jako trosky a stařeny nebo jako čarodějnice či lidé v alkoholickém opojení. Platónovo přesvědčení o vyzrálém člověku, který zastává veřejný úřad, se pojilo s věkovou hranicí nad 50 let života. Ve starém Římě se stalo zažitou společenskou normou, že senátory byli voleni 40-50 letí muži, kteří však oplývali respektem a společenskou autoritou, zatímco členové senátu ve Spartě museli dovést hranici 60 let svého věku (Johnson, Thane, 1998 in Vidovičová, 2008).

V období čtrnáctého a patnáctého století byla dána cena starého člověka úspěšným přežitím při morových epidemiích (Horská a kol., 1990).

V období preindustriální společnosti bylo staří vyzdvihováno pro svou moudrost a životní zkušenosti. Moderní doba tento status stáří postupně během 20. století odebírala.

V minulosti generace mladých lidí více naslouchala starší generaci a měla ke starším lidem větší úctu. Avšak v literatuře můžeme nalézt situace, díky kterým lze odvodit, že situace v pohledu na stáří a vztahu ke starým lidem ani v této době nebyla vždy ideální. Vhodným příkladem je Shakespeare, který ve své hře „Jak se vám líbí“ zpodobňuje celkový obraz stáří poněkud výsměšným až odpudivým stylem (Pichaud, Thareaurová, 1998, s. 16).

Sám autor popisuje šestý a sedmý věk u člověka takto:

*„Věk šestý pak se schýlil v hubeného šosáka;
má trepky, okuláry na nose a měsíc po boku;
na scvrklých lýtkách se spodky plandají,
jež z mladosti si dobře ušetřil,
a hluboký hlas mužný do dětského diskantu
zas přecházeje, piští v zvuku svém a kozmečí.
A výjev poslední tu konče divnou,
děje plnou hru, jest druhé dětství, čiré zapomnění,
kde zuby pryč a zrak a chuť a vše.“*

(Obsaženo ve 2. jednání, v 7. výstupu, přeložil J. V. Sládek)

Jan Neruda ve své básni „Dědova mísa“ výstižně popsal situaci, ve které započal syn vyrábět dřevěné koryto pro svého starého unaveného otce, protože ten už rozbil všechno jejich nádobí. V básni nevyznívá vztah tatínka a jeho syna zrovna přívětivým dojmem, ale v závěru básně dojde k pozitivnímu synovu prozření. Dochází k jakémusi vyzdvihnutí podobnosti se společnými rysy stáří a dětského věku. U mnohých příběhů a vyprávění se dočítáme tohoto zakončení: *„Jestliže se tedy popravdě dřívějc takové historie mezi lidmi vyprávěly, musely se nejspíš o pravdu opírat o skutečnosti bejtí“* (Vidovičová, 2008).

Vidovičová (2008) dochází z dobových pramenů k jasnému závěru. S ohlednutím do historie vyplývá, že staří lidé byli pokládáni za moudré a generace mladých lidí za krásnou. Období stáří nebylo žádným způsobem kategorizováno a nebylo vnímáno jako úctyhodné bez žádného pozitivního podtextu.

S možnostmi rozšířeného vzdělávání a zvyšující se gramotností přestávaly být cenné zkušenosti starých lidí pro mladší generace významnými. Zejména pokrok v technologiích a celé medicínské oblasti začal u člověka jeho věk prodlužovat, což vedlo v konečném výsledku k mezigenerační nerovnováze na trhu práce. Současná urbanizace a vývoj výrobních technologií, který s sebou přináší vznik pracovních míst, jež jsou vykonávány zejména ve městech, způsobily, že převážně mladá generace lidí migrovala z venkova do větších měst. Vzdálenost mezi domovy rodičů a novými bydlišti dětí se stále zvětšovala a s ní i nově sociální distance mezi generacemi. Všechny tyto aspekty ovlivnily sociální status ke generaci starých lidí a postoji k nim samotným (Bond, Coleman, Peace, 1993 in Rabušic, 1995).

Česká republika má světový primát související s prvním institucionálním začleňováním seniorů, které bylo součástí při zřízení 1. Geriatrické kliniky, založené v roce 1926 v Masarykových domovech, v Thomayerově nemocnici, kde byli současně situováni senioři a sirotci. Senioři tam byli současně zapojeni do provozu domova a jejich život tak dostával nový smysl. Starali se o děti nebo o zahradu. Již v té době byl u nás realizován koncept dobrovolné činnosti seniorů v sociální práci.

1.1.2.1 Stáří a stárnutí ve světě

V jednotlivých společnostech panují různé postoje k seniorské populaci. V některých kulturách jsou považovány vrásky a zpomalené pohyby za příznaky úbytku vitální energie. U jiných kultur jsou naopak symbolem životní moudrosti a lidské rozvážnosti (Rabušic, 1995). Stuart–Hamilton (1999) jsou přesvědčeni, že seniorské populace lidí si více váží v rozvojových zemích a je jim tam přičítán zvláštní společenský status.

Ceněné a uctívané seniory v Japonsku a Číně (alespoň donedávna tomu tak bylo), lze dát do kontrastu se zcela opačnou sociální normou u některých afrických kultur, kdy osoby v seniorském věku odcházely dle starých zákonů ze svých domovů na místa, kde byli již dříve pochováváni zemřelí členové jejich rodin, a tam mohly mnohdy pomalu „vyčkávat až přijde smrt“ (Rabušic, 1995). Takové rituály od pradávna počítají

s možnou variantou přirozeného odchodu starého člověka spojeného s důstojným koncem. Lidé se na takovou možnost svého konce mohou připravovat během celého života. Jde o rituály, jakési formy oslav na počest starého člověka, spojené s jeho rozloučením.

Ve starém Orientě se generace seniorů těšila ve společnosti značné vážnosti a úctě na základě jejich dlouhého života naplněného skutky a činy, za něž byli oslavováni, i za to, že opustili svůj post ve společenském životě a odešli na odlehlá místa v horách, aby tam v klidu svůj život dožili, kam jim byly donášeny hotové pokrmy. Stejně to bylo u vážených starých indických mužů „mudrců“, kteří se odebrali dožít do jeskyní, a za nimiž tam s obdivem docházeli jejich studenti (Erikson, 1999, s. 129).

1.1.3 Mezinárodní dokumenty o seniorské populaci

Tomeš a Koldinská ve své učebnici Sociální právo Evropské unie (2003, s. 132) uvádí, že seniorská populace nebyla v historii vnímána jako samostatná kategorie občanů vyžadující zaslouženou pozornost, protože se o ně ve většině postarala vlastní rodina nebo komunita, ve které žili, ve zbylých případech na ně bylo společensky nahlíženo jako na osoby nemohoucí a chudé.

Právní opatření zabývající se problematikou starších lidí se poprvé objevují v roce 1933 v úmluvách *Mezinárodní organizace práce* (MOP), kde se hovoří o provozování a zřízení důchodových systémů pro populaci starých lidí, kteří již nejsou schopni zastávat pro společnost efektivní práci. K otázce hmotného zabezpečení důchodců se opakovaně MOP vrací legislativně ještě několikrát a od roku 1952, kdy byla přijata konečná Úmluva o sociálním zabezpečení (stanoveny minimální standardy), se právo na zabezpečení a starobní důchod uznává jako přirozené lidské právo. Tato myšlenka byla v roce 1961 zapsána do *Evropské sociální charty*. O důchodovém zabezpečení seniorské populace pojednává i Úmluva o invalidních, starobních a pozůstalostních dávkách z roku 1967 (Tomeš, 2011).

V roce 1982 byl ve Vídni Světovým shromážděním pro problematiku stárnutí přijat dokument *Mezinárodního akčního plánu stárnutí* a ve stejném roce byl schválen Valným shromážděním OSN. Jeho cílem bylo posílení vnitřních schopností států a celé občanské společnosti řešit účinně stárnutí seniorské populace, *využívat v celé šíři rozvojového potenciálu seniorů, reagovat na jejich potřeby a zajistit primárně jejich zabezpečení.*

Součástí plánu, byla zároveň podpora mezinárodní i regionální spolupráce (Tomeš, Koldinská, 2003, s. 135).

Plán zahrnoval 62 doporučení se zaměřením na výzkumnou práci, sběr a analýzu datových prostředků, vzdělávání a výcvik v oblastech jako je rodinné klima, bydlení, životní prostředí, zdraví a výživa obyvatelstva, sociální zabezpečení, celoživotní vzdělávání aj.

Roku 1989 vznikla *Komunitární charta základních sociálních práv pracovníků*, v níž je právo osob v penzi vnímáno širěji, nejen tedy finančním zajištěním, ale i lékařskou a sociální pomocí (Tomeš, Koldinská, 2003, s. 135).

V prosinci 1991 přijalo Valné shromáždění OSN *Zásady pro seniory*. Uvedený dokument apeluje na vlády, aby do svého programu národní politiky včlenily 18 zásad, které jsou rozčleněny do pěti základních oblastí vztahujících se k postavení seniorské populace. Jedná se o osobní nezávislost, zapojení do společnosti, všeobecnou péči, seberealizaci a důstojnost.

Valné shromáždění OSN vyhlásilo rok 1999 za *Mezinárodní rok seniorů*. S tím bylo spojeno vyhlášení koncepčního operativního pracovního rámce a nových námětů pro aktivity na národních i místních úrovních.

Na čtvrté světové konferenci o stárnutí v Montrealu, konané v září 1999, bylo konstatováno, že zásady a doporučení z předchozích dokumentů nejsou všeobecně uznávány a dodržovány. Staří lidé a celá seniorská populace mají právo na důstojnost a respekt ve společnosti, právo participovat v politickém procesu v místě svého bydliště (MPSV, 2005, [online]). V závěrečném dokumentu, známém jako *Montrealská deklarace*, je doporučeno, aby členské státy přijaly nebo vytvořily národní plány přípravy na stáří, ve kterých by se zaručily, že budou ve všech svých jednáních, činnostech, výzkumech, plánech i programových opatřeních začleňovat otázku stárnutí, a podněcovat tak celosvětové úsilí o sociální rozvoj.

Nabádá k posílení a spolupráci veřejných, soukromých i dobrovolných sektorů pro zajištění blaha a důstojného života osob v seniorském věku.

V červnu 2001 v Bruselu přijal výkonný výbor Evropské odborové konfederace *Rezoluci zajištění udržitelnosti a kvality důchodů v Evropě*. Dokument uvádí, nutnost usilovat o svázání a propojení důchodů s vývojem cen a mezd, což by seniorské populaci zaručilo důstojný příjem a kvalitu života srovnatelnou s životní úrovní ostatního obyvatelstva (Tomeš, 2011).

V prosinci 2001 přijala Evropská unie v rámci otevřené metody koordinace 11 společných cílů, jež jsou obsaženy ve třech základních oblastech sociálního pojištění:

- přiměřenost důchodového zajištění
- finanční udržitelnost a výši penzijních systémů
- modernizaci penzijních systémů (Tomeš, 2011)

1.2 Demografický vývoj v ČR

Demografická prognóza v České republice nasvědčuje tomu, že populace lidí starších 65 let ve společnosti poroste. V současné době je seniorská populace zastoupena 15 procenty. V roce 2065 to už má být podle statistických údajů 32 procent. V roce 2015 byla v České republice střední délka života po narození, dle výpočtů, u mužů 75 let a u žen 81 let. Střední délka života po narození bude na základě pozitivně se vyvíjejících prognóz i nadále na vzestupu a v roce 2065 by měla dosáhnout hodnoty 87,6 let u mužů a 92 let u žen (Demografická ročenka ČR 2015, ČSÚ).

1.2.1 Současný stav seniorské populace v ČR

V české společnosti lze v současné době provozovat sociální službu tak, aby generovala zisk. Česká populace stárne, a tak bude v budoucnu klientů ve všech sociálních zařízeních přebývat.

Na konci roku 2015 žilo v České republice 618 občanů, kteří svůj věk nadepisovali trojciferným číslem (Demografická ročenka ČR 2015, ČSÚ). Antropologické výzkumy předpokládají, že přirozená délka života leží opravdu v rozmezí mezi 90 – 100 lety (Rabušic, 1995).

Počet osob v seniorském věku neustále roste. Pro srovnání: v roce 1950 tvořili lidé starší 65 let jen 8,5% populace, naopak děti mladší 15 let, ¼ populace.

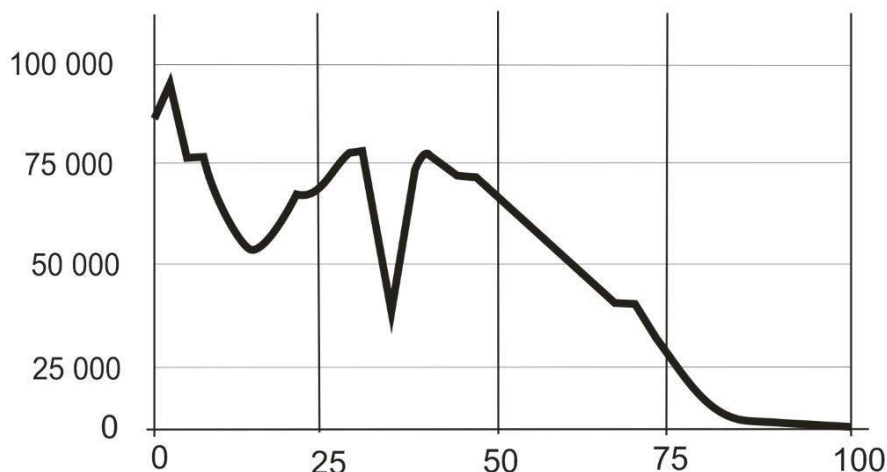
V současnosti je k 31. 3. 2017 počet osob v důchodu 2 887 731 (Zdroj: ČSSZ, online). Zahrnuje nejen ty, kteří pobírají starobní důchod, ale také příjemce invalidních nebo pozůstalostních penzí, např. děti se sirotčím důchodem. Celkový počet starobních důchodců je v ČR 2 390 781 (Zdroj: ČSSZ, online).

Národní akční plán podporující aktivní stárnutí, které vláda před čtyřmi roky schválila a jehož náplní je plnění strategie pro léta 2013 – 2017, se zabývá aktivním životem seniorů, péčí o ně a jejich ochranou před diskriminací. Seniorům pomůže

zákon, který dne 21. 6. 2017 podepsal prezident republiky. Tato připravovaná novela zvyšuje od příštího roku důchody, mění jejich výpočet a také určuje hranici 65 let pro odchod do penze. Tuto hranici bude vláda průběžně vyhodnocovat.

O demografických trendech vypovídají i údaje vyjádřené graficky v následující kapitole 781 (Zdroj: ČSSZ, online).

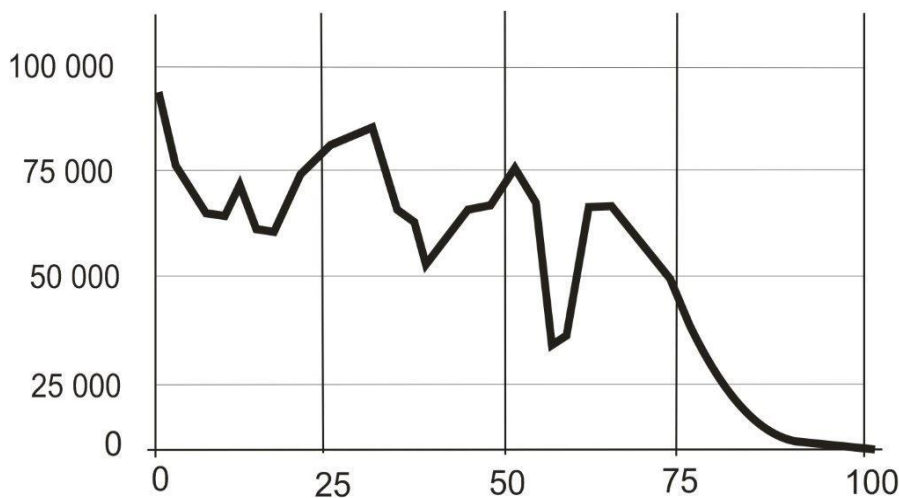
1.2.2 Grafické vyjádření demografických trendů



Graf č. 1: Věková populace v roce 1950

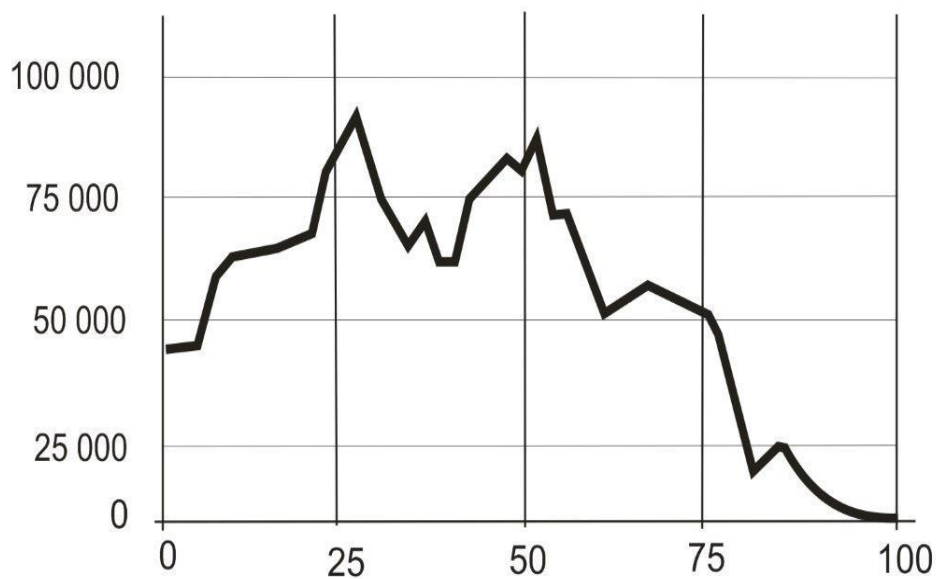
(Zdroj: ŠSSZ, 2017)

V polovině sedmdesátých let se podíl seniorů zvýšil na 13% a ještě v roce 2000 byl podobný. Nárůst o 70% se uskutečnil u silných poválečných ročníků a nastupujících tzv. „Husákových dětí“.



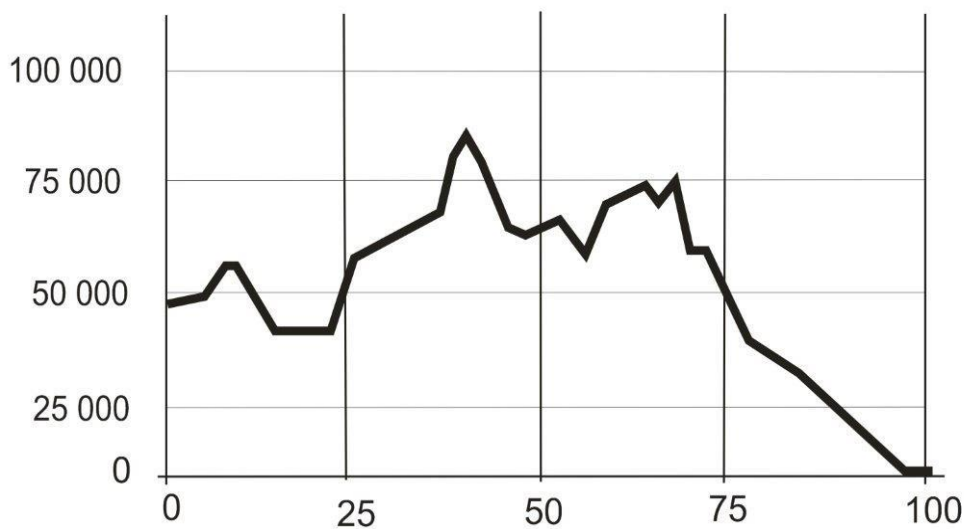
Graf č. 2: Věková populace v roce 1975

(Zdroj: ŠSSZ, 2017)



Graf č. 3: Věková struktura populace v roce 2000

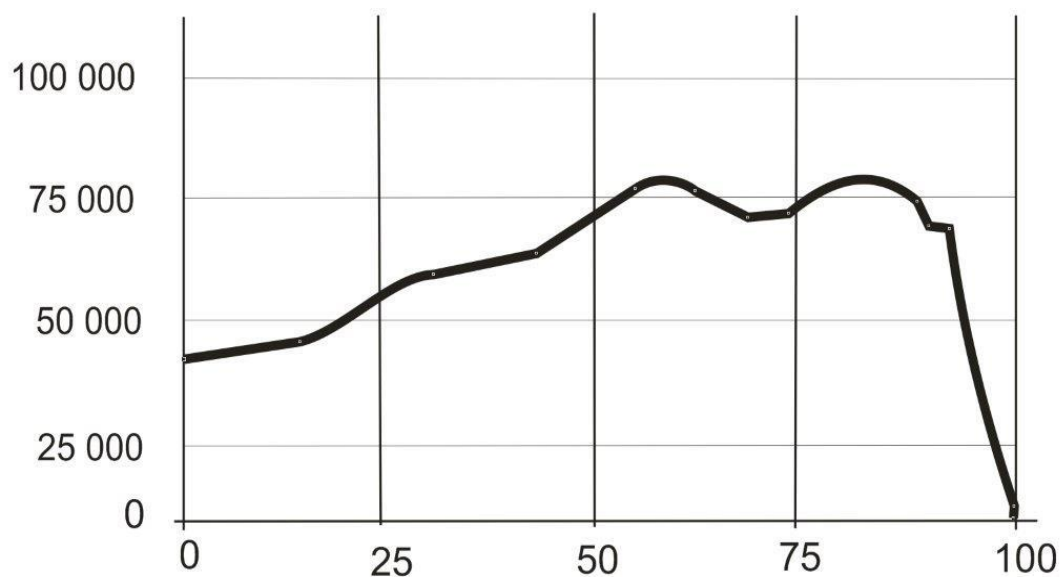
(Zdroj: ŠSSZ, 2017)



Graf č. 4: Věková struktura populace v roce 2016

(Zdroj: ŠSSZ, 2017)

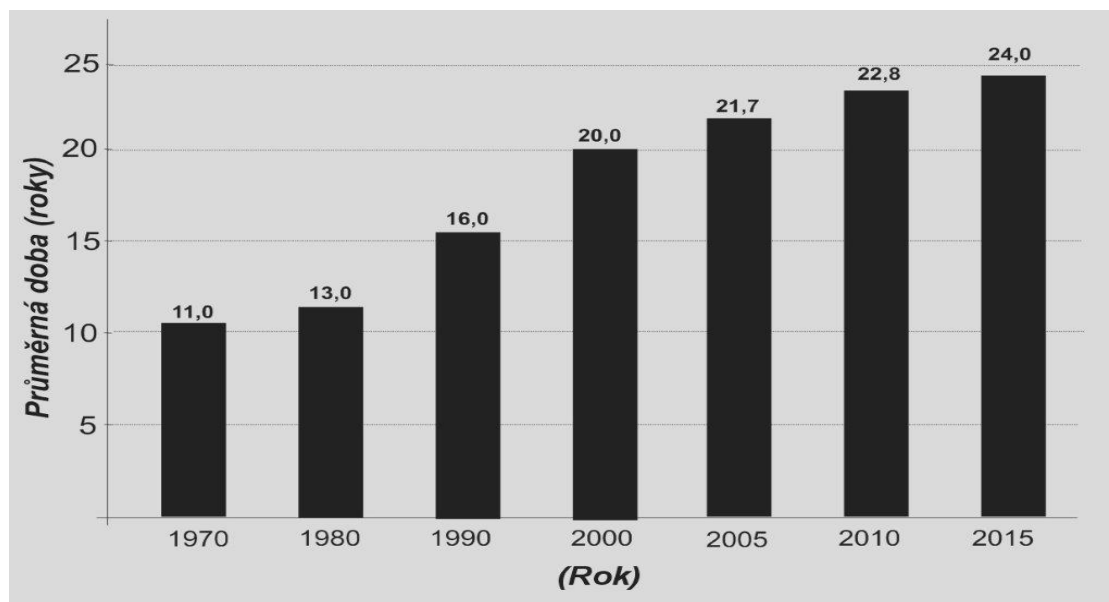
V loňském roce bylo osob ve stáří nad 64 let už pětina, zatímco dětí jen 15%. Český statistický úřad předpokládá, že na konci tohoto století bude v seniorském věku každý třetí obyvatel České republiky. Děti má být jen 12%.



Graf č. 5: Prognóza věkové struktury na konci tohoto století

(Zdroj: ŠSSZ, 2017)

Postupně se také prodlužuje doba, kterou lidé v důchodu tráví. V roce 1970 to bylo v průměru 11 let. V roce 1990 to bylo 16 let a nyní lidé zůstávají na odpočinku zhruba 24 let. V penzi jsou déle ženy než muži, 28 let oproti 19 rokům.



Graf č. 6: Průměrná doba roků strávených v důchodu

(Zdroj: ŠSSZ, 2017)

1.3 Životní etapy seniorského věku

Životní etapy můžeme rozdělit do fází, které jsou propojené s chronologickým věkem a jejich „hranice“ jsou ovlivněné také určitou právní normou, která s věkem jedince souvisí. Jedná se zejména o zahájení a ukončení školní docházky, možnost volit dobu odchodu do starobního důchodu. Přesně stanovené věkové hranice u jednotlivých etap však nejsou vždy jasně určeny. S postupně stále složitější a komplikovanější společností jich neustále přibývá.

Při konkrétním vymezování jasných fází je často kritizováno, že je založené ne na již existujících podložených faktických údajích, ale na základě věkových stereotypů. (Rabušic, 1995).

„Samotné stereotypy jsou vázány k činnostem, které nejsou zpracovány na přímých a jasně definovaných znalostech, ale na obrazových vjemech, které si jedinec sám dokáže zpracovat nebo které si vštípil na základě různých epizod. Stereotypům jsou přisuzovány různé kategoriální povahy, které vyjadřují, a jsou jim přisuzované určité charakteristiky lidí, na základě jakéhosi skupinového členství, ke kterému náleží. V případě, že je osoba zařazena k jisté skupině, automaticky, na základě stereotypu, jsou jí přisouzeny všechny vlastnosti této označené skupiny a aktivizuje se tak i osobnostní předsudek. Takový automatismus se stává podkladem stereotypu“ (Lašek, 2003, s. 89).

Jestliže se budeme orientovat podle životních fází, pak se stáří stává poslední ontogenetickou etapou ve vývojové škále, jenž se skládá ze specifických znaků a na jejímž základě je s ní spojeno určité očekávání, stejně jako u ostatních vývojových fází (Pacovský, 1990). Stuart–Hamilton (1999) jsou s pojmem „vývoj“ ve „fázi stáří“ opatrní a Bromley (1974) období stáří popisuje jako jakousi „post vývojovou“ fázi. Samotné stáří předchází procesu stárnutí, které lze popsat jako přechodné období mezi dospělostí jedince a stářím (Pacovský, 1990). Pokud se pokusíme najít přesný okamžik, kdy stáří u člověka začíná, zřejmě budeme neúspěšní (Stuart–Hamilton, 1999).

Proces stárnutí je totiž součástí kontinuální proměny každého jedince, kterou Stuart–Hamilton (1999) velmi názorně připodobňují k duze obsahující modrou a fialovou barvu a není jednoduché určit, kdy je ještě modrá a kdy už fialová. Obě barvy poté plynule přechází v druhou, srovnatelně jako u fází lidského vývoje.

U věkových hranic, na základě kterých se určuje, zdali je člověk „starý“, resp. považuje-li jej společnost za starého, je rozlišováno v rámci druhu povolání, oborů a společností, ve nichž se pohybuje. Na příkladech baletu, modelingu, gymnastiky nebo u vrcholových a adrenalinových sportů si teprve uvědomujeme, jak mohou být pojmy „starý“ a „stáří“ zavádějící.

Mezi odborníky z řad gerontologie (věda studující oblasti stárnutí) ve vyspělých zemích je považováno začínající stáří mezi 60 až 65 rokem života, což v podstatě koresponduje s věkem, v němž odchází jedinec do starobního důchodu. (Stuart–Hamilton, 1999).

Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) je věková hranice stáří 60 let, ostatní publikované zprávy OSN běžně pracují s věkovou skupinou v rozhraní 65+, další dostupné studie považují za začátek stáří věk 60+ (Rabušic, 1995). Otázkou začátku stáří se zabýval také výzkum s názvem: Obdivuhodní senioři (2005). Odborná veřejnost míní (Zich, Struhovský, 2005), že průměrným věkem, kdy je možné určitě označit člověka seniorem, je věk v rozmezí 62,3-65 let. Samotní senioři (Zich, Struhovský, 2005) se však sami více přiklánějí k hranici 65,8 let. Z kvalitativního výzkumu dále vyplynulo, že senioři samotní vnímají oba pojmy „senior“ a „být starý“ poměrně odlišným způsobem. Při plošném dotazování senioři odpovídali na otázku v kolika letech se, podle jejich názoru, člověk stane starým. Z jejich odpovědí vyplynul průměrný věk 69,9 let. Podle skupiny dotazovaných seniorů se stává „starý člověk“ v průměru o 3,8 let než je jeho věk biologický.

Pokud se oprostíme od extrémů, budou se hodnoty vnímání začátku stáří pohybovat mezi 60 – 65 rokem života. Výše uvedené roky jsou však spíše považovány za období stárnutí jedince a vlastní stáří nastupuje podle Pacovského v 75 letech. V odborné lékařské praxi je považován člověk za osobu starou, překročí-li věkovou hranici přesahující 75 rok života (Pacovský, 1990).

S rozvojem a nepřehledností současné společnosti přibývají životní etapy, které se ale neustále člení, a vznikají tak nové interpersonální vztahy v období stáří. Stáří je dnes rozsegmentováno do různých kategorií a podkategorií, lišících na základě věkového rozsahu a počtu kategorií, které jsou různě pojmenované podle kritérií, ze nichž je takové pojmenování odvozováno.

Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) dělíme stáří do tří kategorií. Podle nich je rozpoznatelná „pokročilost“ stáří (Kalvach a kol., 2004, s. 48 - 49):

- 60 - 74 let, kategorie raného stáří
- 75 - 89 let, kategorie vlastního (skutečného) stáří, neboli také kategorie pokročilého věku
- 90 a více let, značí dlouhověkost jedince

Podle registru poskytovatelů sociálních služeb v České republice, vycházejícího z podobných principů dělení jako u Světové zdravotnické organizace, však pro své účely používá jen dvou kategorií (iregistr.mpsv.cz):

- 65 - 80 let, kategorie mladších seniorů
- nad 80 let, kategorie starších seniorů

U stáří jsou uváděna i další dělení životních etap. Některá jsou poměrně podrobně rozdělena v časových intervalech deseti let, např. u šedesátníků, sedmdesátníků atd. Otázkou je, zdali je takové rozdělení nutné. Jsou od sebe takto vytvořené kategorie tak rozdílné svými specifickými znaky? Jsou tak odlišné od předchozích či následujících skupin, nebo to byly spíše uměle vytvořené skupiny?

Někteří autoři rozdělují osoby starší 65 let na samostatné kategorie třetího věku a čtvrtého věku. Jejich definovanost vychází z faktických podkladů, jak jsou závislí na svém okolí a kolik pomoci budou ještě potřebovat od osob druhých. „Třetím věkem“ je označován zcela nezávislý senior, zatímco ve „čtvrtém věku“ je již senior při zajišťování svých základních potřeb odkázán z části, nebo zcela na druhé osoby (Stuart–Hamilton, 1999). Právě takové rozdělení můžeme považovat za velmi přínosné, a to zejména pro oblasti zdravotnické a sociální péče.

Seniorem může být zcela zdravý a aktivní jedinec, jenž je právě u konce svého produktivního věku, na druhé straně stejně tak jedinec, který je v důsledku onemocnění odkázán na péči a pomoc druhého člověka. Pojmy jako stárnutí a stáří, senior a senioři v sobě nejsou nositeli informací o reálných možnostech u každého člověka, proto je o nich obtížné bez bližší specifikace hovořit.

Používáním výrazového pojmenování třetího či čtvrtého věku, jsme schopni citlivě vyjádřit více, než pomocí standardně používaného chronologického věku člověka - jestliže je senior aktivní, pak se jeho věk nestává natolik významným.

Sheehyová (1999) označuje období od 50. roku jako „druhou dospělost“ (s. 149) a k samotné kategorizaci přistoupila odlišným způsobem. Nově odhlédla od věkové pokročilosti a zdravotních či fyzických charakteristik seniorů a zpracovala období stáří na základě pozitivních aspektů daného věku.

Současně se člověk přestává primárně soustředit na sebe samého a více se angažuje ve veřejném životě. Druhou dospělost rozděluje do dvou fází:

- 45 – 65 let - věk ve fázi mistrovství
- 65 do 85 let - věk ve fázi celistvosti

Věkem celistvosti nazývá jakési období milosti, štědrého života a vlastního duchovního růstu, který poskytuje příležitosti skloubit vše, co jsme prožili a naučili se během celého života.

Nejen v různých povoláních a oborech jsou již mnohdy stanovené věkové hranice pro začátek stáří, ale také v různých společnostech mají odlišné kritéria pro posouzení, kdy se člověk stává starým. Většinou jsou tato kritéria spojena se způsobem, jakým budoucí senioři do kategorie „starých“ vstupují (Sheehyová 1999, s. 144).

Může se jednat o formu jakéhosi rituálu, který jedincům „umožní“ vstoupit a připojit se k této velké skupině seniorů, což mohou jedinci považovat za výsadu, ze které lze očekávat nové postavení ve společnosti s charakteristickými právy či povinnostmi, nebo může dojít (Rabušic, 1995) k přechodu na „nenápadné“ formální úrovni, často mlhavé, mnohdy ne příliš jasné, nebo dokonce jedincem, přecházejícího z dospělého věku do období stáří, vědomě utajovaného.

Způsob takového rituálního přechodu může zásadním způsobem ovlivnit celkový pohled na svoji osobnost, ale i proměnit hodnotu seniorů v naší společnosti.

Sheehyová (1999, s. 144) se zabývá otázkou: „Bude snad pokračovat naše další životní cesta už jen dolů, jako ze strmého kopce?“ Na každém začátku a vstupu do nové životní etapy bychom měli zhodnotit na svůj dosavadní život z jiného pohledu, měli bychom si vnitřně prožít každý okamžik naší změny, vyhledat a určit si smysl naší „existence – náš úkol zde“, zamyslet se nad tím, co a jak děláme a vlastně si tak vytvořit „svoji novou osobnost, své JÁ“, na základě něhož budeme dále vytvářet svůj nový život.

Skupinou seniorů vhodných pro dobrovolnou činnost v sociální práci, jsou osoby starší 65 let, v samostatné kategorii třetího věku. Jsou to senioři, kteří odešli do starobního důchodu a chtějí si z jakéhokoli důvodu udržet touto činností svoji pracovní, kulturní a společenskou aktivitu.

Datem narození získáme „chronologický“ kalendářní věk. Z pohledu sociologického výzkumu se jedná o věk s tzv. připsaným znakem a na rozdíl od ostatních připsaných znaků jedince se stává znakem s dynamickou položkou s uniformními znaky, z čehož vyplývá jeho lehká měřitelnost (Vidovičová, 2008). I přesto, že se stává základním měřítkem pro měření věku jedince, nelze jej spolehlivě považovat za „celkového“ ukazatele stárnutí jedince na základě jeho věku. Mnohdy nemá sám o sobě kvalitní informační hodnotu, protože v něm nejsou zohledněny individuální rozdíly získané jedincem geneticky, vrozené nebo získané během jeho životního běhu. Primárně vypovídá spíše jen o „numerickém“ stavu průměrného člověka v jisté společnosti (Stuart-Hamilton, 1999).

Mnohem vhodnějším měřícím indikátorem věkové identity člověka než u věku chronologického, je věk funkční stability (Vidovičová, 2008). „Funkční věk je odrazem skutečného funkčního, celkového stavu u člověka“ (tamtéž, s. 17). Potencionálně ovlivňuje schopnost každého jedince uspokojovat své osobní potřeby a jsou v něm zahrnuty všechny charakteristiky z oblasti biologických, psychologických a sociálních stran jedince (Pacovský, 1990).

Biologický věk je znakem vypovídajícím o objektivním stavu fyzického vývoje či degenerace u člověka. Jednoduše řečeno, je celkovým obrazem stavu lidského organismu, jeho životní opotřebovanosti či zachovalosti (Stuart-Hamilton, 1999). Zatímco u chronologického věku nemáme možnost nic změnit, u biologického věku máme možnost sami mnoho aspektů ovlivnit. V současné době se do popředí zájmu dostává nový lékařský směr, tzv. „anti-aging“ medicínský obor, který si klade za primární cíl zpomalit u jedince proces stárnutí a zabránit tak degenerativním změnám v lidském organismu. K jeho sekundárním cílům poté patří snaha o udržení kvalitního života do dalších, pozdních let. Je rádcem, který se snaží ovlivnit biologický věk a spolupracuje, inspiruje a motivuje jedince ke zdravému životnímu stylu, spojeného se zdravou výživou, tělesnou aktivitou a kvalitním odpočinkem. Takovým způsobem lze aktivně působit na náš biologický věk, který se může zásadně lišit od věku chronologického.

Psychologickým věkem rozumíme spojitost s kognitivními a mentálními funkcemi člověka v kooperaci s emoční složkou a osobnostními rysy člověka (Kubalčíková, 2006). Taktéž u psychologického věku může u jedince dojít ke změně, a to způsobem, jakým bude přemýšlet. Psychologický věk je možné přirovnat k přísloví „Jsem tak starý, na kolik se cítím“, což velmi dobře vystihuje charakteristiku subjektivního vnímání věku, jenž je založen na vlastním hodnocení. Lidé, kteří se sami považují či cítí „vnitřně“ mladistvě a nepřipouštějí si svůj věk, jsou přesvědčeni, že tak působí i na osoby ve společnosti ve které žijí a lépe tak jsou schopni zvládat všechny objektivní změny stáří. Takoví lidé jsou přizpůsobivější všem životním změnám, ve svém životě jsou optimističtější, procházejí snadněji společenským vývojem a jejich pozitivismus se kladně odráží v jejich celkové subjektivní spokojenosti (Vidovičová, 2008).

Sociální věk probíhá ve spojitosti s psychologickým věkem, jedná se o sociální zkušenosti, duševní vyzrálost a získané dovednosti (Vidovičová, 2008). Sociální věk zahrnuje jedincovo chování a postoje, které společnost přirozeně posuzuje jako přijatelné pro vyzrálou osobnost jistého, také chronologického věku (Stuart-Hamilton, 1999).

Věk už nemusí být jen chronologickou veličinou nebo jen biologickým fenoménem, stále častěji je mu přisuzován sociální význam ve společnosti. Každý věk je tak spojován s jistým způsobem s chováním, životními postoji a rolami, které člověk ve společnosti zastává a ke kterým se, na jejich základě vztahují rozdílná očekávání (Vidovičová, 2008).

1.4 Aktivní stárnutí

Lidem se všeobecně daří neustále prodlužovat délku života, na čemž má zásluhu rychle se rozvíjející kvalita ve zdravotní péči, změna stravovacích návyků, ale zejména změny v životním stylu člověka. Sagan (1987, s. 45) se domnívá, že délku lidského života ovlivňují více psychosociální faktory než samotné zdravotnictví. Z jeho studií vyplývá, jak důležité je vymanit se ze společnosti působící na nás beznadějně a zcela pasivním dojmem, přijímáním pro nás nevyhovujícího života a nahrazení jej takovým postojem, který se nás nebude snažit negativně ovlivňovat. Je nezbytnou nutností uvědomit si vlastní hodnoty svého života a udržet si schopnosti, jakými můžeme získat a udržovat si svoji životní energii a sílu samostatně ovlivňovat svůj vlastní život.

U Sheehyové (1999, s. 55) se setkáváme s tvrzením, ve kterém považuje zdraví, duševní postoj a vyzrálé chování za významné faktory, které jsou určující a důležité pro

život ve třetím věku. Šiklová (2008, s. 9) však zároveň upozorňuje, že jsme si přidali léta k našemu životu, ale nepřidali jsme si život k létům.

Za zdravotní stav a onemocnění stanovila společnost zodpovědnými lékaře a zdravotnické instituce. Primární funkci rodinného zázemí nahrazují a suplují v péči o seniory sociální instituce, jež v neposlední řadě mnohdy řeší i ekonomickou situaci seniorů společně ve spolupráci s institucemi zabezpečujícími sociální zabezpečení (Hucková, 2008, s. 40). Naše společnost pro seniory organizuje různé aktivity typu univerzity třetího věku a mnohé kluby seniorů, ale i přesto se mnozí senioři stále cítí osamocení, bez životní role a dalšího smyslu svého života. Otázkou tak zůstává, co?, nebo kdo? má být tím, kdo jim vrátí pocit, že jsou stále plnohodnotnými osobnostmi, pocit potřebnosti a užitečnosti pro svoje blízké, přátele anebo své okolí.

V současné době se v odborných diskuzích stává aktuálním téma, kdo a v jaké míře má být zodpovědný za stárnutí v naší populaci. Je to snad vláda? Má to být privátní sektor? Občanská dobrovolná sdružení? Nebo jen rodina a samotní jedinci? Některé politické strany jsou přesvědčené, že za své stáří a jeho prožití je ze značné části odpovědný každý člověk sám. Jiné strany se přiklánějí k myšlenkám vypracovat sociální programy, které by opět byly schopné začlenit seniory do života naší společnosti. Cílem všech takových programových projektů by mělo být pomoci udržovat všechny seniory v aktivní a produktivní činnosti. Taková činnost však nemůže být založena jen na peněžních kompenzacích, ale měla by zahrnovat veškeré dobrovolnické aktivity na jakýkoliv pracovní úvazek, který by jakkoliv zkvalitňoval život každého seniora, jiných osob či celé společnosti (Rabušic, 1995, s. 40). V současnosti u nás takové aktivity vznikají a stále se rozvíjejí nové.

O této skutečnosti svědčí řada nově vycházejících sborníků, v nichž jsou popisovány projektové záměry, jejichž hlavními aktéry se stávají právě dobrovolníci z řad seniorů, a stále četněji pořádané konference s příklady a kvalitní ukázkou dobré praxe.

Projektové záměry v programu Senioři vítáni (2008) byly důkazem možnosti využívat dobrovolných aktivit ke zlepšení kvalitního života u českých seniorů. V rámci těchto aktivit dochází stále častěji k mezigeneračním kontaktům, což je prospěšné ke vzájemnému pochopení, poznávání se při chápání současných životních potřeb a vytváření kladných pozitivních mezigeneračních vztahů (Rabušic, 1995, s. 41).

Na kvalitu lidského života lze také pohlédnout na základě Maslowovy teorie hierarchie potřeb. Potřebami nejsou jen stavy našeho určitého nedostatku, ale vyjadřují také směr, kam se člověk bude ubírat, směřovat nebo kam by se sám směřovat chtěl (Pichaud, Thareauová, 1998).

Tyto potřeby je možné díky dobrovolnictví v sociální práci částečně či zcela naplňovat. Dobrovolná činnost seniorů v sociální práci může mít dle Dvořáčkové a kol. (2016) primárně tyto přínosy v oblasti fyziologické, psychologické, sociální a duchovní:

1. Stimulace a mentální tříbení smyslů
2. Zlepšení v oblastech pozornosti, koncentrace, paměťové schopnosti, vytrvalost v soustředění
3. Zlepšení v oblasti emotivního rozpoložení a celkové psychické pohody
4. Zlepšení vlastního sebehodnocení a další osobnostní růst
5. Zlepšení koordinačních schopností, společně s hrubou a jemnou motorikou
6. Celkové zklidnění vlastní osobnosti
7. Ovládání impulsivních emocí
8. Zlepšení komunikačních schopností ve spolupráci s ostatními subjekty
9. Vyšší míra zodpovědnosti, nárůst hrdosti, obdivu a zvědavosti
10. Umění odpočinku a relaxace

V seniorském věku je uspokojování fyziologických potřeb uplatňováno ve větší míře než potřeb ostatních a většinou jim senioři věnují nejvíce svého času v takovém rozsahu, aby svoji osobnost dokázali zabezpečit v dostatečné kvalitě. Na tento nutný standard se systematicky upozorňuje ve školách v rámci dalšího rozvoje a vzdělávání pracovníků v sociálních a zdravotních službách (Dvořáčková a kol. 2016).

Přesto se však neustále setkáváme u zaměstnanců s problémy nedostatku časového prostoru pro výkon kvalitního uspokojování vyšších potřeb u klientů pobývajících v zařízeních se sociálními službami, nebo tím, že jsou tyto potřeby jen jednoduše (a mnohdy záměrně) přehlíženy.

Na tomto místě by mohli intervenovat dobrovolníci, kteří by svojí pomocí podpořili nejen zdravotnickou péči v souladu s tělesnou péčí o fyzické tělo, ale doplnili ji o rozměr v oblasti psychologické a sociální. Přírozená potřeba bezpečí a bezprostřední jistoty je pro člověka jakousi zárukou, že jeho fyziologické potřeby v prvním stupni

budou ve stálých setrvačných cyklech uspokojovány. Člověka tak nemusí ohrožovat permanentní strach ze ztráty z některých jeho základních potřeb (Sagan 1987, s. 46).

Mezi důležité sociální potřeby člověka patří láska, která je nesmírně důležitým pocitem, že máme někoho blízkého, kdo nás má opravdu rád, a že si můžeme navzájem vyjádřit svoji náklonnost a své city. Další důležitou potřebou je udržování kontaktů se svojí rodinou a svým životním prostředím, potřebu stát se součástí nějaké sobě blízké skupiny, komunity blízké mému smýšlení nebo potřebu být ostatními přijat a být přijímán s dostatečným respektem. V zákoně č. 108/2006 Sb., o sociálních službách (Zákon č. 108/2006 o sociálních službách, online) je možné citelně zachytit primární myšlenku o sociálním začleňování pro osoby, které jsou ohrožené vlivem sociálního vyloučení. Takové poslání je nutností u jednotlivých poskytovatelů v sociálních službách, u kterých se předpokládá, že takovou myšlenku přijali za vlastní.

Nakonec přece jen už se nejedná jen o poskytování „nějakých“ služeb, které jsou řazené mezi základní potřeby, ale a to především o udržování vztahů a kontaktů v rámci naší současné moderní společnosti.

Svoji roli v uspokojování sociálních potřeb hrají taktéž seniorské kluby, spolkové činnosti organizované v rámci obcí a měst. V rámci svých aktivit umožňují seniorům setkávání s jejich vrstevníky, ale také mezigenerační kontakty spojené s možností aktivního a smysluplného využití vlastního volného času s bonusem získat či předávat životní zkušenosti a léty získané dovednosti. Mnohdy však může jít jen o sousedskou vztahovou rovnováhu v rovině předávání si novinek a vzájemného vyslechnutí se, naslouchání si a respektu jednoho člověka k druhému. Podle Maslowa je potřeba osobního uznání a společenské vážnosti řazena mezi vyšší potřeby, které si nutně zasluhují lidskou úctu: být vážený mezi lidmi, mít lidskou důstojnost (každý člověk má svou cenu), potřeba nehmotné odměny za odvedenou práci doplněná pochvalou nebo jen základní formou vyjádření poděkování.

Patří sem však jistě i další autonomie, ve směru různorodých představ a názorů na to, co a jaké prostředí člověka obklopuje, co se v jeho okolí děje a v neposlední řadě také právo takové dění svobodně hodnotit a smět jej ovlivňovat. Každý klient využívající zařízení sociálních nebo terénních služeb má možnost si sám vybrat a volit z několika možností, nabídek a vyjádřit tak své vlastní přání a představu o tom, co by chtěl, aby se dělo s ním či kolem něho (Rabušic, 1995, s. 41).

Existuje mnoho klientů, kteří jsou zcela fyzicky odkázáni na pomoc druhých lidí, což však neznamená, že tímto hendikepem zcela ztrácí svoje právo na to být autonomní.

K nejvyšší potřebě je přiřazována potřeba seberealizace, která se nevztahuje pouze na populaci osob v produktivním věku, ale naopak touha po seberealizaci je aktuální během celého života a je živou u všech věkových kategorií v závislosti na zdravotním stavu jedince. Většina seniorů s oblibou předává ostatním ve své blízkosti své životní znalosti a dovednosti, nabízí tak svůj osobní potenciál ve smyslu dále se aktivně podílet na smysluplné činnosti, na jejímž základě dochází k jeho dalšímu rozvoji. Na vrcholu Maslowovy pyramidy je místo určené pro dobrovolnickou činnost, ne však ve vztahové rovině, ale v rámci dobrovolnické práce (Senioři vítáni, 2008).

V oblasti stárnutí naší populace nacházíme řadu otázek. Jednou z nich je otázka zabývající se životní náplní. Každý senior stojí před úkolem najít si nový životní styl a denní náplň. Najít a věnovat se činnostem, v nichž nachází smysl svého života a které mu do běžného života vnesou radostné chvíle, ale zároveň tak mohou posloužit i společnosti, v níž žije. Moderní pulzující společnost nabízí výběr možností a specifických aktivit, jak mohou smysluplně a s radostí prožít tuto svoji životní etapu. Jiřina Šiklová je přesvědčena, že pokud se tato vize podaří splnit v plné míře, stane se přínosem pro naši společnost, a tak se vyplní dávný sen lidstva o prodloužení života (Senioři vítáni, 2008).

1.4.1 Aktivní stárnutí Českých seniorů

Současné aktivní stárnutí Českých seniorů je naplněné smyslem lidského života něco dělat, být užitečný. Většina osob v seniorském věku má potřebu být pro druhého užitečná. Potřebnost je klíčovou věcí, říká Jan Lorman, ředitel Života 90. To že žijeme déle je pro nás výzvou, které je třeba využít. Každý senior má mít ve stáří smysl života, aby měl dále chuť udržovat své zdraví, aby žil kvalitní život a udržel si tak co nejdéle své zdraví a nepotřeboval pečující služby a odvrátil od nich svoji závislost a tím si udržel svoji autonomii, to je podstata se kterou musí žít každý senior (Péče o seniory, 2017, online).

Řada seniorů dokáže volný čas aktivně využít nejen k zábavě, osobnímu rozvoji, ale také k práci. Nejvíce možností k aktivnímu životu mají senioři v letním období. Někteří létají na zájezdy k moři, jiní jezdí na výlety po České republice. Oblíbené jsou tábory pro seniory. Věkové rozpětí je široké od 60 do 87 let, v pozdějším věku

se u seniorské populace objevují zdravotní limity, které již nedovolí vykonávat fyzicky náročnější aktivity. Někteří senioři spojují pohyb a přivýdělek např. při roznášení letáků. Volný čas tráví penzisté na univerzitách třetího věku, zahradničí, fotografují nebo se věnují dobrovolné činnosti. Proti osamělosti by měli senioři bojovat aktivním přístupem a kontaktem s ostatními lidmi (Péče o seniory, 2017, online).

Dá se předpokládat, že problémy Českých seniorů nespočívají často ani v nedostatku finančních prostředků, ale z nedostatku motivace vůbec žít. Největším problémem stáří je samota a pocit neužitečnosti. Takové poznatky vycházejí z průzkumů Linky důvěry a senior telefonu. V České republice žije půl milionu jednočlenných domácností seniorů, o které jejich rodiny nemají zájem. Jsou rodiny, které o své seniory s láskou pečují, a rodiny, které se snadno rozhodnou dát seniora do domova seniorů. Pro některé rodiny je naopak traumatizující dát např. svoji matku do péče cizí osoby.

Aktivní stárnutí u klientů je individuálním procesem. Jsou senioři, kteří nechtějí být veřejně aktivní a preferují své soukromí, ale ve většině zůstávají klienti, kteří mají zájem něco dělat a být nějakým způsobem prospěšní. Společnost Grand Park, zřizující domovy pro seniory, propojuje své domovy s mateřskými školkami, které zřizuje pro své zaměstnance. Senioři se tak stávají aktivními při práci s dětmi. Ke značné aktivizaci dochází u imobilních klientů (Péče o seniory, 2017, online).

1.5 Osobnost seniora

Pro kvalitní život v období stáří není rozhodujícím faktorem chronologický věk, ale mnohem důležitější se stává osobnost člověka, jež se formuje po dobu celého života až k jeho příchodu ke stáří. „U člověka není rozhodující, že je někdo starým, ale to, jaký člověk zestárnul.“ (Pacovský, 1990, s. 40).

U fyziologického stárnutí nedochází ke kvalitativním změnám ve struktuře osobnosti, senioři se pouze probíhajícími změnám přizpůsobují. Jejich charakteristické osobnostní znaky se stávají výraznějšími, nebo postupně ustupují. Z introvertně zaměřených jedinců se mohou stát samotáři a naopak extrovertně se projevující jedinci ve většině případů ztrácejí svoje kouzlo ve společnosti, stávají se povrchními a obtížně čitelnými lidmi, jejichž úzkosti mohou přejít v hypochondrické obavy, přehnanou ostražitost a manickou nedůvěřivost (Pacovský, 1990).

Ještě dříve než budou popsány jednotlivé osobnostní typy, je třeba vzít na vědomost, že každého člověka, každého seniora, je nutné považovat za jedinečnou bytost, z čehož vychází také Stuart-Hamilton (1999, s. 45) při tvrzení, že typický osobnostní znak seniora neexistuje.

Bromley (1974, s. 83) popsal několik osobnostních typů s jejich charakteristickými povahovými rysy společně se způsoby reakcí na jejich stáří. Zaměřil se záměrně na vnitřní smíření, uvědomění a přijetí vlastního stáří. Rozlišuje následující typy:

Typ konstruktivního seniora – je typem s realistickým pohledem na svět, který je ve svém životě spokojený a svoji budoucnost se snaží neustále plánovat a vytvářet si nové plány, které se snaží realizovat podle svých možností.

Ze stáří se nemá strach, přijímá ho s racionální úvahou, jako součást přirozeného lidského života. Rád se stýká s okruhem svých přátel, ale i s ostatními lidmi ve společnosti.

Typ závislého seniora – je typ vyrovnaný, působícím spokojeným dojmem, v kontaktu se společností je většinou pasivně přihlížejícím. Raději přenechává starost o běžné úkoly na druhých lidech, ve kterých má důvěru, zatímco on si užívá odpočinku nebo vykonává svou oblíbenou činnost. Svě soukromí má nade vše rád a ostatní společnost nevyhledává.

Typ obranného seniora – již od začínajícího stáří se snaží oprostít ve smyslu „já přece takový nebudu - nejsem“, udržuje si svůj dosavadní životní styl a aktivní životní styl se snaží udržet za každou cenu. Odmítá si připouštět příznaky stárnutí a pomoc druhých lidí. Jedná se ve většině případů o jedince, kteří byli ve svém profesním i společenském životě úspěšní. Svě stáří přijímá až při příchodu závažných objektivních okolností.

Typ nepřátelského seniora – jedná se o mrzutého člověka s pedantskými a neústupnými rysy, který se neustále snaží ospravedlňovat své neadekvátní chování. Vlastní neúspěchy není schopen přijmout a snaží se pro ně hledat viníky. Mladým lidem závidí jejich životní elán a energii a samotné stáří je mu silně odporné. Odchod do starobního důchodu se pro něho stává noční můrou. Za svoje nepřátelské chování je v jeho budoucnosti možná i jeho sociální izolace ve společnosti.

Typ sebe nenávistného seniora – v podstatě jde o typ nepřátelského seniora, který svoje nenávistné chování obrací sám proti sobě samému. Ke svému životu má pohrdavý postoj a opět by ho již nechtěl znovu prožít, což je také důvodem, proč nezavidí

mladým lidem. Upadá do sebelítostivých a nemohoucích stavů, jeho pohled na svět je pesimistický. Svoji osobnost považuje za oběť ve společnosti, do které se narodil. Cítí být osamělý a pro své okolí zbytečný, nic ho nezajímá, je bez zálib a zájmů.

Na výše uvedeném přehledu je zřejmé, že každý osobnostní typ reaguje na stáří odlišným způsobem a určité typy jedinců se vyrovnávají s obdobím stáří lépe než jiní. Z odborného přehledu Bromleye vychází jako nejvhodnější typ pro smíření s obdobím seniorského věku konstruktivní typ.

Stuart–Hamilton (1999, s. 75) popsal ve své studii jiné typové osobnosti rozlišení, a to na „osobnostní typ A“ a „osobnostní typ B“, které jsou blíže popsány ve výzkumech lékařů M. Friedmana a R. H. Rosenmana. Tato rozlišení se týkala spojitosti výskytu kardiovaskulárních chorob s určitým typem chování lidí.

- **Osobnostní typ A** - popisují jako typ značně energický a soutěživý, jenž disponuje silnou touhou po uznání ve společnosti a usiluje o to, v co nejkratším časovém období toho stihnout co nejvíce, často riskuje, je netrpělivým, avšak houževnatým a výkonným jedincem.

- **Osobnostní typ A** - popisují jako typ značně energický a soutěživý, jenž disponuje silnou touhou po uznání ve společnosti a usiluje o to, v co nejkratším časovém období toho stihnout co nejvíce, často riskuje a je netrpělivým, avšak houževnatým a výkonným jedincem.

- **Osobnostní typ B** - je naopak spíše uvolněnou osobností, která má spoustu zálib a zájmů mimo své profesní zaměstnání, kde je oceňován za své kvalitní výkony, což však nepovažuje ve svém životě za primární cíl, s potěšením se věnuje rodině a je jedincem, který si umí udělat čas na svůj odpočinek (Friedman, Rosenman, 1974 in Křivohlavý, 1998).

Ze studie Stuart-Hamiltona vyplývá, že osobnostní typ A bude celkově lépe vyhovovat mladší dospělosti, kde bude mít možnost využít své ambice a potenciál své soutěživosti. Zatímco pro období stáří bude celkově vhodnějším pro osobnostní typ B, který se spokojí s klidným a pro něho harmonickým životním stylem.

Pacovský (1990) se zase ve své studii pozastavuje nad vztahem „temperament a životní etapa člověka“ a dochází k závěru, že introvertům se žije lépe ve druhé polovině jejich života, zatímco extrovertním typům v první polovině jejich životního běhu.

Senior dobrovolník aktivní v sociální práci, je typem konstruktivního seniora, osobnostního typu A.

- **Seniorská role**

„V našem světě existuje přirozené stárnutí, ale existuje také úspěšné kvalitní a šťastné stárnutí.“ Takový výrokem Sheehyová (1999, s. 147) upozorňuje na skutečnost, že stárnutí nemusí být jen pasivním dožíváním člověka, ale také aktivní cestou k užívání si volného času a dále doplňuje, že chceme-li úspěšně stárnout, musíme se vydat vlastní vědomou volbou, pracovat na sobě a odhodlat se tak k neustálému sebevzdělávání“ (s. 392). Cítí, a je si vědoma faktu, že slovo stárnout s sebou nese neoblíbený pejorativní nádech, který nikdo z nás s oblibou neposlouchá. Sama jej proto raději nahrazuje výrazem „moudření“ (s. 392).

O skutečnosti, jak bude člověk přijímat své stárnutí, jak se bude adaptovat na své stáří, bude ve skutečnosti rozhodovat komplex několika činitelů, ale sama osobnost patří k těm nejvýznamnějším.

V případě, že si člověk postaví pocit vlastních hodnot na uznání druhých lidí, bude mít s největší pravděpodobností ve svém období stárnutí značné problémy s přijetím své vlastní osobnosti, kdy přestane být obklopen zájmem ze svého okolí (Grún, 2009). Značnou roli zde hraje osobnostní minulost i budoucnost člověka. Člověk, který již v mladém věku nebyl problematický v přizpůsobování se pracovním činnostem a jiným aktivitám nebo změnám ve společnosti a ve své rodině, má větší šance přijmout i celoživotní stárnutí „za své“ a bez jakýchkoli problémů.

Opakem je jedinec, jenž měl s přizpůsobováním během života obtíže. To, jak přijmeme vlastní stáří, a komplexní proces stárnutí ve značné míře může ovlivnit vidina naší osobní budoucnosti. Jde o představy jedince, jak naloží s poskytnutým časem, jakými činnostmi se bude zabývat a jak si již v předstihu naplánuje program aktivit, jimiž se bude zabývat. (Švancara, 1983).

Člověk, který se během života věnoval svým zálibám, se jim s největší pravděpodobností bude věnovat i dále a svoji činnost bude rozvíjet, se samotným přizpůsobováním ve stáří nebude mít problémy a bude tak ve stárnutí úspěšnější.

Na vztah seniorů a společnosti existují dvě teorie, které se zaměřují na jejich integraci do společnosti a mají za úkol přinést inspirativní řešení k tématu aktivního stárnutí (Pacovský, 1990):

Teorie aktivního seniora vychází z prvotního názoru o rovnoprávném postavení všech seniorů v naší společnosti. Senioři jsou nedílnou součástí naší společnosti a mají se tak přirozeně podílet na životě celé společnosti. Každý senior má právo spolurozhodovat o dění ve společnosti a být po všech stránkách aktivní do takové míry, nakolik mu to umožňuje jeho zdravotní stav.

Účastníci programu **Senioři vítáni** (2008, s. 30) hromadně podporují aktivity ve stáří a spojují je s vlastním dosažením vysokého věku společně s přesvědčením, že jen v případě aktivního stárnutí si mohou dopomoci až k období pozdního stáří, jehož začátek je stanoven po 85. roku života. Proto potřebují žít aktivním životem, a pokud je to možné, snažit se být zapojen v aktivitách, které je udržují v dobré psychické a fyzické kondici a v neposlední řadě pak podporovat a být příkladem pro další přicházející generace seniorů.

Teorie zabývající se aktivním seniorem vychází z hlavního přesvědčení, že pokud nebudou senioři integrováni, nebudou se u nich ve většině vyskytovat pocity izolovanosti a bezmoci. Pozvolný únik a uzavírání se do svého vlastního světa, který se vyznačuje typickou lhostejností a apatií vůči celé společnosti tak seniory ohrožuje sociální izolací.

Z praktických zkušeností s prací pro seniory lze odvozovat, že většina jejich rodinných příslušníků „se samozřejmostí“ předpokládá, že by každý senior měl být v co nejvyšší míře aktivní, nebo by se o to měl alespoň co nejvíce snažit. Pod samotným souslovím „aktivní senior“ si však ve většině případů nepředstavují, že se senior sám stane organizátorem společenského života, nebo jedincem, který bude sám tvořit, vymýšlet zábavu anebo se jen spokojí s jednoduchou představou, že má zájem o život ve společnosti, ve které žije, účastní se kulturního života a neutápí se v záplavě svých bolestí a vnitřních problémů.

Negativní vliv úsilí o aktivitu v integraci seniorů do aktivního života popisují Pichaud a Thareauová (1998, s. 123): „Představte si dav sociálních pracovníků, kteří se snaží za každou cenu nutit „uzavřené“ seniory, aby se sami z vlastní vůle „protože je to pro ně přece dobré“ začlenili mezi ostatní a aktivně se s nimi podíleli na hraní společenských her. To není zrovna přitažlivá představa.“ Grún (2009) se domnívá, že jednoduché a všeobecně používané aktivity, které jsou určené pro seniory, mají za úkol zahnat samotu a zaměstnat seniory, ve výsledku zanechávají jen prázdnotu a zklamání s nádechem melancholie. Aby se staly pro člověka aktivity naplňující činností, musí pro ně být člověk zapálen a vykonávat je rád. Z toho zjištění je jasné, že každý senior má svůj klíč k prožití svého stáří ve smysluplném a naplněném životě ve svých rukou (Pacovský 1990, s. 47).

Teorie seniorského stažení poskytuje návod, jak odejít se „vztyčenou hlavou“ ze svého aktivního života. Pacovský podrobněji nespecifikuje, co si pod pojmem aktivní život představuje. Různé teorie doporučují nastávajícím seniorům, jak se začít připravovat na tento životní okamžik s předstihem, začít se pomalu a postupně vyvazovat ze svých pracovních povinností a společenských závazků. Odpovědnost za včasné stáhnutí se ze společnosti je záležitostí zralého jedince a má být výsledkem reálného vlastního sebehodnocení, které by nemělo vycházet z tlaku vyvíjeného společností.

Pokud se však tato teorie nesnaží o neztotožnění aktivního života s obdobím produktivního věku, pak se stává jednoznačně segregáční. Teorie seniorského stažení se také může stát zdrojem zajímavé inspirace. Tím je myšlena situace, kdy nastávající senior odchází do starobního důchodu. Pro mnohé se taková situace, na kterou se nijak nepřipravovali, může stát ztrátou získaného pracovního statusu a změnou životních identit, nepříjemným osobním zážitkem. Dobrým příkladem je situace, kdy se ze dne na den stane z ředitele důchodce. Mění se tak razantně jeho životní styl a takový senior ztrácí svoji roli, s níž byl dlouhodobě spjat, a zároveň tak u jeho osoby dochází k určitému snížení podílu na moci (Rabušic, 1995). Situace se však stává ještě složitější v případě, že byl život jedince postaven výhradně na jeho práci a neměl čas se dostatečně věnovat také jiným aktivitám, na které by následně a plynule mohl navázat a rozvíjet je. Jedinec se stává zaskočený, nemá-li připravené plány pro další život v důchodovém věku. Takový jedinec se musí s nastalou realitou a novou rolí vyrovnat

a přijmout ji. Pacovský (1990, s. 47) hovoří také o skutečnosti, že jedinec, který odchází do důchodu tak získává novou roli, resp. „nemít roli“. Svě nové „Já“ si musí každý jedinec najít a znovu vytvářet sám. U seniora tak dochází k zcela novému uspořádání životního rytmu, dochází ke změně jeho okruhu přátel, společně s organizací denního rozvrhu, jehož plánování se stává výhradně záležitostí jeho samotného. V jeho životě získávají nepoznané věci a činnosti nový smysl. Je nutné, aby si každý senior našel svou vlastní cestu ke své další životní seberealizaci.

Teorie aktivního seniora a stažení jsou faktickou ukázkou reality stárnutí, na které je zapotřebí se připravit. Každý člověk by se měl umět smířit a vypořádat s nastalou životní etapou a opustit svoji společenskou roli v produktivním životě a zároveň být schopen si vytvořit novou životní roli a snažit se pokračovat ve svém aktivním životě i ve svém období stárnutí. Přitom je však nutné stále pamatovat na to, že každý člověk je originální osobností a nabízené strategie nemusí každému jedinci vyhovovat.

Dragomirecká (2007) uvádí jako ochranné faktory proti stáří dobrý zdravotní stav, schopnosti vykonávat běžné denní činnosti, být hmotně zabezpečený a životní spokojenost.

Říčan (2009) se zabývá odchodem do důchodu a sám by jej raději nazval vstupem do starobního důchodu. Snaží se tak vystihnout stejnou myšlenkovou pointu jednoho Chasidského přísloví: „Stárnutí lze považovat za nádhernou věc, člověk však nesmí zapomenout, co v životě znamená znovu začínat“.

Jestli se člověku vydaří jeho stárnutí a období stáří, je záležitostí, jež záleží především na něm samotném. Existuje široká nabídka různých rad a pravidel, které jsou návodem pro úspěšně stárnutí, či odborným doporučením a výkladem smířením s obdobím stárnutí a přijetím jeho samotného s konečným výsledkem vytěžit z něho co nejvíce. Obecně však platí, že i přes všechna možná doporučení si každý člověk musí najít svou vlastní osobní cestu (Grún, 2009). Guardini (1997) spojil úspěšné zestárnutí člověka nejen s jeho aktivitami, ale poukazuje zde i na určitou úlohu společnosti, v níž jedinec žije a která by pro něho měla vytvářet příhodné podmínky. Možnost jak úspěšně zestárnout podle něho souvisí s postoji celé společnosti ke stáří. Správným způsobem zestárnout se bylo a je velkým uměním. Ovšem podaří-li se to člověku, pak se stáří stává vlahým podzimem plným barev (Grún, 2009).

Zahraniční výzkumné programy prokázaly, že seniorská populace považuje za nejpodstatnější dimenze kvality života sociální kontakty, aktivitu ve volném čase, dobré zdraví, rodinné zázemí, stabilní bydlení a oporu v náboženství, zatímco osoby v produktivním věku kromě pevného zdraví a rodinného zázemí uvádějí mezilidské vztahy, finanční stabilitu, spokojený život a dobré zaměstnání. (Dragomirecká, 2009, s. 11)

- **Soběstačný a sebevědomý senior**

Generace dnešních seniorů jsou díky zdravotním preventivním programům, zdravějším stravovacím návykům a moderní lékařské vědě daleko zdravější, než byli kdysi jejich rodiče. Jejich vzdělání je na vyšší úrovni, což má za následek daleko vyšší požadavky na kvalitní život, na své nezávislosti si velice zakládají. Mají snahu chápat společenské změny v moderní pulzující společnosti, a tak se snaží držet krok a hledat nové kontakty a možnosti přístupu k novým informačním zdrojům. „Sami se snaží pochopit a chtějí ve výsledku znát, kde by ještě měli možnost uplatnit své životně nabitě vědomosti a dovednosti, stává se pro ně nutností seznamovat se s počítačem a jeho programy, mobilními aplikacemi anebo operační manipulace jak ušetřit své energie. Většina seniorů by ráda předala své zkušenosti mladším kolegům a někteří chtějí uzavřít své životní dílo a vypsát ho třeba do knihy“ (Hucková, 2008, s. 134).

Mnozí senioři dnes navštěvují univerzity třetího věku, zapojují se do zájmových kroužků s různorodou tematikou z mnoha oborů, oblíbená je účast na tematických zájezdech pro seniory, které má ve své standardní nabídce každá kvalitní cestovní kancelář, s oblibou navštěvují koncerty všech žánrů a divadelní představení. „Stali se strážci kvalitní kultury a jejích hodnot. Co je však pro naši společnost důležité, je jejich odvaha a vnitřní síla zpochybnit mnohé z toho současného, „nového“ co hlásají současné moderní trendy ne proto, že by snad byli zpátečníky ze staré doby, ale proto, že jsou osvobozeni a oproštěni od nutnosti předvádět se. Jde jim primárně o budoucnost člověka z naší společnosti a této planety“ (Grun, 2009, s. 67).

Stuart-Hamilton (1999) zase připomíná generaci nekonvenčních květinových dětí, kteří jsou dnes ve věku 75 let a více. Zamýšlí se nad skutečností, že senioři nebudou v budoucnosti tak snadno jako dnes zapadat do představ společnosti. Současná nastupující kohorta („Kohorta, neboli skupina lidí narozená a vychová ve stejném časovém období nebo určité historické epoše“ Stuart-Hamilton, 1999, s. 290) českých

seniorů je kohortou s již podstatně odlišnými existenciálními zážitky, s energickým nábojem, sebevědomá a vzdělávající se, se svojí konkrétní představou o tom, jak aktivně prožívat svůj vlastní seniorský věk (Rabušic, 1995).

„Za přispění posledních vývojových změn v naší společnosti, která je protkána narůstajícím úsilím seniorské populace... sami vyvinout takové strategie a aktivity, kterými by se postupně vymanili ze společenského minoritního statusu a viditelně zproblematizovali svoji okrajovou společenskou stigmatizaci ve vedoucích mocenských strukturách“ (Vidovičová, 2008, s. 201).

I přestože se v naší společnosti daří odprosit „seniorství“ zažitého puncu něčeho, co je nepříjemné a co neradi posloucháme, je zapotřebí se neustále snažit a usilovat o další změny v problematice vnímání seniorů mladší generací, ale i celou naší společností. Snažit a usilovat o další změny v pohledu veřejnosti na místo našich seniorů v české společnosti a jejich nezastupitelnou roli v ní. V neposlední řadě usilovat o prestiž a respekt „seniorství“ jako přirozené součásti životního běhu.

Sami senioři by měli být z větší části těmi, kdo by mohl vlastním přičiněním změnit pohled celé společnosti na osoby své věkové skupiny, a to jak už svým přístupem k aktivnímu životu s pozitivním nábojem, tak v situacích každodenního života s lidmi žijících kolem nich, se kterými se setkávají ve svém běžném životě, dále však také, jak jsem již výše popsal, svou aktivní účastí a spoluprací na veřejném životě. Současná generace seniorů má za úkol „předvést“ společnosti, že nejsou jen těmi pasivními uživateli dostupných služeb, ale jsou stále schopni, i přes své mnohé zdravotní potíže a starosti běžného života, poskytnout svůj volný čas, své léty nabyté zkušenosti a schopnosti druhým lidem. To však předpokládá nejen úkol (Pacovský, 1990).

Nejprve je nutné změnit pohled, jak senioři vnímají „sebe samé“ a dát jim možnost, jestliže mají sami zájem, uvědomit si tento svůj potenciál naplněný znalostmi a zkušenostmi a příležitost, ve které by je mohli rozvinout, předávat a využít pro druhé...

Naše společnost (zastoupená místní veřejnou správou, státní správou, organizacemi komunitního typu, nadacemi, místními, obecními nebo městskými spolky) může být

prospěšná tím, že seniorům nabídne více míst, kde by se senioři mohli společně setkávat, veřejně se uplatnit a pomoci svojí vynaloženou aktivitou celé společnosti, a pomůže jim s vytvořením takových možností Tošnerová (2002, s. 68).

Z toho vyplývá, že to nebude jen společnost samotná, která seniorům vytvoří dokonalé podmínky pro jejich činnost, ale půjde primárně o vztahovou rovnováhu na základě vzájemné aktivní spolupráce a kooperace v podněcování Tošnerová (2002, s. 70).

1.6 Pohled na seniora v současné společnosti

Jako součást každé společnosti existují určité interakce, na základě nichž se utvářejí společenské vztahy a základní postoje vztahující se ke všem věkovým skupinám obyvatelstva, které jsou následně hodnoceny, a to jak rozdílnou věkovou skupinou, tak i těmi, kteří do hodnocených věkových skupin obyvatelstva patří. Názorové postoje společnosti k různým skupinám obyvatelstva se neustále mění a vyvíjejí a stejně tak se stále mění také postoje společnosti k jejím seniorům, k jejich společenské roli a sociálnímu statusu v naší společnosti (Pacovský, 1990).

Postoj k seniorské populaci je dán sociálním cítěním jedince, stejně tak je ovlivňován individuálními zkušenostmi každého člověka.

Tošnerová (2002, s. 70) považuje jako hlavní rozhodující skutečnost při utváření našeho smýšlení a postojů k seniorské populaci v prožitém množství a kvalitě kontaktů se seniory a celou jejich společností, se kterou se setkáváme od dětství v rodinách, během našeho dětství a také dospívání. Rabušic (1995, s. 143) taktéž uvádí důležitost osobní zkušenosti a celkový postojový názor na seniory vychází především ze sociálního cítění jedince, „jenž je výsledkem názorového pohledu zprostředkovaného prostřednictvím kulturního prizmatu ve společnosti“. Celkový pohled na seniory a na období stáří je ovlivňován mnohými idejemi společně s představami a velice pevně zakořeněnými stereotypy o tom, co znamená být starým člověkem.

Celkový společenský pohled na seniorskou generaci ve většině kopíruje všechny zažitě a všeobecně známé definice o období stárnutí a stáří, záleží na okolnostech, jedinci a jeho úhlu pohledu.

Stále je možné najít skupiny osob, které si spojují „seniorský věk“ s určitou představou slabého jedince, který je již neužitečný, závislý na rodině nebo společnosti,

pasivního k aktuálnímu dění kolem něj, bezradného v současném světě, svoji neschopností vyřešit rychle nastávající běžné situace, se slovy jako jsou: nedoufám, chátrám, chřadnu, jsem bez životní energie a elánu. Je možné, že si tato skupina myslí, že senioři jsou ve většině egoističtí, častěji smutní než veselí a staví se negativně k jakýmkoliv změnám ve svém životě. Takový postoj se stereotypním a negativním zaměřením vůči seniorské populaci vede ve většinou až k ageismu, věkové diskriminaci, jež je ideologií, která je založená na sdíleném přesvědčení o lidské kvalitativní nerovnosti a jednotlivých fází – stárnutí, lidských životních cyklů. Ageismus se projevuje v rámci procesu systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a celých skupin na základě jejich reálného chronologického věku anebo na základě jejich příslušnosti k určité generační linii. (Vidovičová, Rabušic, 2005, s. 6). Senioři bývají často označováni homogenním označením „staří“ (Rabušic, 1995, s. 70). Neustálé a stereotypní přisuzování negativních vlastností seniorům a negativní postoje k celé této generaci je bez nadsázky jakýmsi povrchním projevem vnitřní negativní snahy se od seniorů dočasně distancovat a vnitřně tak dojít k jakémusi uspokojení, „že já přece ještě nejsem jako oni“.

S rozdílnými názory na seniorskou populaci kolem nás se setkáváme stále. Většinou se blíže dotýkají seniorských „aktivit“, než pasivních projevů (které jsou tolerovány z různých důvodů, ať je to z příčiny různých onemocnění anebo celkového úbytku sil...), jejich mnohdy přílišné aktivity, které jsou vyvíjeny na „nepravém“ místě a třeba ne úplně uváženě v pravý čas, se mohou, a mnohdy se i stávají, pro mladší věkovou skupinu obtěžujícími. Výčet takových příkladů ze seniorských „aktivit“ je možné vyhledat u Pacovského (1990, s. 40), jenž je výstižně používá jako příklady pro vysvětlení zvýšené emoční intenzity u prožívání a osobnostních rysů v období stáří u člověka, zaměřuje se konkrétně na „postupné vystupňování skryté bezohledné sobeckosti“ (Němcová, 2009, s. 68) z mládí do otevřeného egocentrismu ve stáří.

„S příznaky, kdy jedinci vyžadují neustálé ohledy, urážlivými komentáři bezohledně vymáhají místo k posazení v hromadné dopravě, bez rozhlédnutí přímo vstupují mimo vyznačené přechody do vozovek. Jsou zlostní a nadávkami častují řidiče osobních automobilů, s oblibou se chvástají a pro své okolí se stávají obtěžujícími. Třeba i se stálým opakováním týchž zásluh a životních historek, jsou rádi středem pozornosti a vyvolávají scény, na domluvu nereagují a jsou tvrdohlaví“ (Němcová, 2009, s. 69).

U pracujících lidí je často opakující se názor, že důchodci nemají co dělat, ráno se hromadně naženou do hromadné dopravy, která se tím pádem stává v ranní špičce nacpaná k prasknutí, aby poté mohli vyčkávat na otevírací dobu supermarketů.

Jejich hlavní otázkou zůstává, proč musí nakupovat zrovna ve stejnou dobu, kdy jezdí ostatní lidé do zaměstnání? Vždyť na svůj nákup mají čas celý den? A příběhů s podobným podtextem je mnoho. „Velká část seniorské populace byla zvyklá celý život vstávat brzy ráno a někteří si tak svůj životní rytmus chtějí i nadále zachovat. Jeden ze seniorů poukazuje na to, jak stejnou situaci mohou vnímat samotní senioři, a také na to, na jak křehké hranici se pohybujeme mezi ageismem a dalšími druhy diskriminačního chování. Seniorská populace je mnohdy pro mladou a střední generaci stává na obtíž. Mnozí senioři zastávají názor, že mladým jednoduše vadí a je proti myslí, že oni teď na ně musí pracovat, stejně tak jako jsme mi kdysi museli pracovat na své rodiče a prarodiče“ (Němcová, 2009, s. 70).

Výše uvedená aktivní seniorka vybízí všechny seniory: „Už se konečně přestaňme bát a pojďme aktivně žít a užívat si života...“ (Pacovský (1990, s. 40).

Ředitelka Nadace Open Society Fund Praha Marie Kopecká (2008, s. 75) se osobně domnívá, že ke všem negativním pohledům na generaci starších lidí přispívá nejvíce nedostatečná nabídka aktivní účasti našich seniorů a seniorek ve veřejném a společenském životě.

Stárnutí nemusí být negativní záležitostí za předpokladu, že dojde k integraci seniorů do veřejného života celé společnosti. Je však zapotřebí, aby byli senioři celou mezigenerační společností pozitivně přijatí jako rovnocenní spoluobčané, ale, a to především, je nutné pracovat na vytvoření možností, jak využít jejich potenciál v aktivní participaci (Ryšková, 2008, s. 45).

Kadeřábková (2008, s. 35) poukazuje na změny ve společenských postojích v naší společnosti vůči seniorské populaci. Senioři se snaží čím dál více participovat ve všech sférách veřejného života, což je znakem, že se začali stávat rovnoprávnými členy a součástí současného života.

Z výzkumné práce s názvem Obdivuhodní senioři (2005) vyplývá převaha pozitivních postojů ve společnosti k populaci seniorů. Celkem 62,5 % dotazovaných

respondentů uvedlo, že mají osobně jen dobré zkušenosti, nebo dokonce více než dobré zkušenosti a vztahy se seniory, přibližně třetina dotazovaných respondentů uvedla, že má se seniory rozporuplné zkušenosti – někdy dobré, ale i špatné.

Mezi nejčastěji uváděné kladné, tedy dobré a nejlepší zkušenosti se seniory, patří osobnostní vlastnosti, jako jsou přirozená laskavost, ochota naslouchat, rozvážlivé a trpělivé chování, životní optimismus, milé slovo a pohlázení, kvalitní rodinné vztahy, životní moudrost, léty nabyté zkušenosti a vzácné rady.

U ¾ dotazovaných respondentů myslí, že by všichni senioři měli být více než doposud aktivní v dění ve veřejném životě, z toho 14,9 % dotazovaných respondentů odpovědělo „rozhodně ano“, 62,8 % bylo s odpovědí opatrnější, „možná ano, někteří by mohli být ještě ku prospěchu“. Zmíněná opatrnost může být zaviněna skutečností, že kolem sebe začínáme registrovat aktivní seniory (jak jedince, tak skupiny), kteří svojí vitální aktivitou mají schopnost neuvěřitelně obohatit naše životy a celkově celou společnost, a přicházet s nimi do kontaktu. Přesto však stále setkáváme i s těmi seniory, kteří nejsou dobrou reklamou jejich „seniorství“ (Obdivuhodní senioři, 2005).

Podíváme-li se na oblasti hlavního uplatnění seniorů v českém veřejném životě, pak v obecně dostupných výzkumech nejvíce převažuje dobrovolnická a charitativní činnost, práce pro různé obecní a městské občanská sdružení, práce nebo jen pomoc s dětmi, ale také angažovanost v politice, v městské správě (v zastupitelstvu, obecních, občanských a dalších komunálních komisích nebo odborech) a zájmových sdruženích (Obdivuhodní senioři, 2005).

1.6.1 Současná generace seniorů

Současná generace seniorů je velice specifická. Její specifičnost byla utvářena historickými a společenskými událostmi, kterými procházela, s nimiž se musela vyrovnávat, nebývalým množstvím inovací, jež se za jejího života ve společnosti uplatňovaly. To vše se promítalo do jejího životního stylu, jenž se stal v modifikované podobě životním stylem jejich stáří.

Jedná se o poslední gramotné (tištěné) kultury, první generaci, kterou od mládí provázelo stále se vyvíjející televizní vysílání, i první generaci, jež ve stáří používá počítač a internet, využívá jeho možností k nahrazení svých handicapů a proniká do

kyberprostoru pro informace i zábavu. Narodila se v kapitalismu, dětství z části prožila v německé okupaci, žila v „socialismu“, střední věk žila v sovětské okupaci, stáří a smrt ji zastihla v globálním kapitalismu (Sak, Kolesárová, 2012, s. 113)..

Oproti předešlým generacím seniorů se kvalitativně proměnilo materiální a technologické zázemí každodenní složky životního stylu. Ještě o generaci dříve neměla koupelnu a splachovací záchod ani desetina bytů, u této generace to je standard. Současní senioři jsou také první generací plošně vybavenou automatickou pračkou a ledničkou. Pro dokreslení obrovského skoku v životním stylu této generace si uvědomme, že ještě u jejich maminek bylo standardem prát na valše.

Právě tato generace začala do svého života začleňovat motorismus a auto stále řídí i osmdesátníci. Po trampování a chataření obohatila životní styl o typický český fenomén, o chalupaření. Masové chalupaření všech vrstev společnosti vzniklo díky mimořádnému souběhu řady společenských procesů (vysídlení Sudet, urbanizace a industrializace znamenající přesun venkovského obyvatelstva do měst a vyprazdňování vesnic, motorizace, zkrácení pracovního týdne na pět dnů) (Sak, Kolesárová, 2012, s. 114).

Kulturně se tato generace vyprofilovala v neuvěřitelně kulturně bohatých „zlatých šedesátých“ letech, pak kulturně a intelektuálně živořila v marasmu normalizace a v ještě větším marasmu druhé polistopadové normalizace.

Tato generace je také generací emancipace žen a jejich vzdělanostního růstu. Ženy této generace ve svém aktivním věku vstoupily masově do veřejného, společenského a politického života, včetně nejvyšších státních funkcí. Ve středním věku byly zastoupeny ve vládních funkcích dokonce více, než je tomu v současnosti (Sak, Kolesárová, 2012, s. 115).

2. AKTIVITY SENIORŮ V OBLASTI DOBROVOLNICTVÍ

Dobrovolníci senioři se v mnoha organizacích stávají početnou skupinou. Souvisí to i s faktem, že dnešní senioři jsou více aktivní, že se zabývají nejen péčí o rodinu a vnoučata, ale zapojují se stále více do různých aktivit, chtějí se podílet na rozvoji společnosti. Ze šetření (Matyskové, 2004) vyplývá, že aktivní způsob trávení času vyhledávají především senioři, kteří měli i dříve rozvinuté zájmy. V seniorském věku pokračují v těchto aktivitách uměrně svým fyzickým a psychickým možnostem. Současné pojetí sociální práce zdůrazňuje posilování autonomie a integraci seniorů do společnosti (Pichaud, Thaireova, 1998).

Důraz je kladen i na to, aby starý člověk zůstal plnohodnotným členem společnosti a byla zachována kontinuita jeho života a začlenění do sociálních skupin a sociálních sítí. Starý člověk by měl „mít možnost zachovat si nebo získat takové role, jež dávají jeho životu smysl,“ zároveň „potřebuje nové informace a dovednosti, které jsou pro něho užitečné a funkční“ a „podporují jeho schopnost přizpůsobit se moderní společnosti“ (Janečková, 2005, s. 175). Takovou funkci mohou dobře plnit komunitní programy, které budou nabízet možnosti dobrovolnických i placených činností v oblasti služeb, kultury, vzdělávání a sportu a v nichž budou moci staří lidé najít své uplatnění.

Vrátíme-li se zpět k funkcím druhého životního programu, jež uvádí Ptáčková (2002) a funkcím dobrovolnictví, které uvádí Valoušek (2004), zjistíme, že tyto funkce se v mnoha případech shodují. Jak uvádí i Haškovcová (2004), dobrovolnictví může velmi dobře plnit formu druhého životního programu. Dobrovolnická činnost naplňuje potřebu být užitečný, předávání zkušeností, navazování nových kontaktů, možnost podílet se na životě společnosti.

Dobrovolníci senioři se vyznačují určitými specifiky – to, co je nejcennější a co dávají senioři k dispozici, jsou jejich vlastní zkušenosti a dovednosti, které získali v průběhu svého života (příkladem mohou být například bývalí učitelé, zdravotní sestry, sociální pracovníci nebo bývalé účetní) a mohou tak být pro organizaci velkým přínosem. Senioři navíc disponují velkým časovým potenciálem (Matysková, 2004).

Neznamená to ale, že by neměli jiné aktivity. Řada z nich je angažována v roli dobrovolníků v dalších organizacích a sdruženích, nebo je navíc zaměstnána (Matysková, 2004).

K charakteristickým znakům vyššího věku patří „vyšší pocit odpovědnosti za rozhodnutí“ (Sýkorová, 2004, s. 111).

Senioři zřejmě více zvažují důsledky vlastních rozhodnutí pro druhé, jsou tedy spolehliví a odpovědní a většinou vydrží v jedné organizaci pracovat v roli dobrovolníka delší dobu. Mnohdy zastávají díky tomu zodpovědné funkce. Podíváme-li se navíc na demografické prognózy, nemůžeme přehlédnout narůstající počet lidí ve vyšších věkových kategoriích. Navíc stále více lidí odchází do předčasné penze, ale tito jedinci chtějí zároveň zůstat aktivní. Senioři nabízejí společnosti veliký potenciál, který není zdaleka využit. Co však může dobrovolnictví nabídnout seniorům?

Člověk, který přestává pracovat, má stále potřebu komunikovat, účastnit se života ve společnosti, potřebu být užitečný a dělat něco smysluplného. Někteří staří lidé se cítí neužiteční a osamělí. Během svého života plnili mnoho rolí, ale poté, co přestanou pracovat, je jejich role najednou méně zřetelná. Někteří postrádají konkrétní náplň a smysl života, jiní se soustředí pouze na své vlastní zájmy. Hanzlíková (2006, s. 34) uvádí: „že prožitek nesmyslnosti se dá překonat pomocí altruismu. Tím, že věnují svůj čas, energii, myšlenky druhým, mohou získat smysl pro ty svoje.“

2.1 Dobrovolnictví

Kapitola „Dobrovolnictví“ patří do skupiny základního tematického okruhu, který se prolíná celou touto prací ve spojitosti se seniory. Dobrovolnická činnost v sociální práci je spojena právě s touto věkovou skupinou obyvatelstva. Po vyložení základní terminologie následují kapitoly o dobrovolnictví seniorů a pro podrobný odborný přehled v celé oblasti dobrovolnictví odkazují na literaturu autorů Tošnera a Sozanské v knihách *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Dále pak v knize Friče a kolektivu s názvem: *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice*.

Pacovský (1997) uvádí, že dobrovolnická práce může fungovat jako plnohodnotná náhrada placené činnosti seniorů, kdy bez náhrady, nebo jen symbolicky ohodnocený penzionovaný jedinec přebírá za svou práci plnou zodpovědnost v různých charitativních, neziskových, kulturních a organizačních aktivitách. Na druhé straně však považuje za důležité, aby byli senioři-dobrovolníci zajištěni dostatečně vyhovujícími důchodovými příjmy. Z psychologického hlediska hodnotí tuto aktivitu jako podnětnou, protože naplňuje touhy seniorů po společenském uplatnění a zároveň snahu pomoci dalším lidem v naší společnosti.

Dobrovolnictví seniorů se může stát užitečnou formou realizace pro mladší seniory, kteří se problematicky vyrovnávají s odchodem ze svého zaměstnání, stejně tak pro část starší seniorské populace, která žije osamělým životem, starší osaměle žijící nebo ovdovělé ženy a seniory pobývajících v dlouhodobé ústavní péči. Z pohledu sociální práce lze považovat tyto seniorské skupiny za rizikové a jejich aktivním vyhledáváním a zapojením jich do bezprostřední sociální komunity můžeme předejít řadě budoucích nepříjemností spojené s mnoha komplikacemi (Haškovcová, 2004).

2.1.1 Pojem dobrovolník a dobrovolnictví

„Dobrovolníky se stávají lidé, kteří své dobrovolné činnosti provádějí bez nároku na finanční ohodnocení, dobrovolně poskytují svoje volné chvíle, svoji pozitivně naladěnou energii, své vědomostní zdroje a získané dovednosti ku prospěchu a dobro druhých lidí či celé široké společnosti“ (Tošner, Sozanská, 2002, s. 37).

Na základě této výše uvedené definice je možné nazvat dobrovolníkem snad opravdu „každého“ člověka. Každý člověk měl někdy snahu někomu pomoci, pomohl anebo jen poskytl radu bez nároku na jakoukoliv odměnu.

Hraniční mez mezi spontánně nabídnutou pomocí přímo na ulici, blízkým sousedům či na pracovišti a naší dobrovolnou činností, je určována mírou závislého se spoléháním se na tuto pomoc.

Tošner a Sozanská (2002, s. 37) k tomu uvádějí: „Role dobrovolníků jsou vymezené takovým způsobem, aby se příjemci dobrovolné pomoci na ni mohli v předem dohodnutém rámci spolehnout“ (Tošner a Sozanská 2002, s. 37).

Z hlediska terminologického dělení je možné oblast dobrovolnictví rozdělit na několik skupin. Jedná se o výpomoc mezi sousedy, dobrovolnictví vzájemně prospěšné dobrovolnictví a veřejně prospěšné dobrovolnictví, které se mohou v praktickém životě vzájemně kombinovat.

Profesionálně organizováno je veřejně prospěšné dobrovolnictví, staví na něm a využívají jej zejména neziskové organizace a svou hlavní roli zde hrají dobrovolnická centra, která ve většině případů dobrovolnou činnost organizují. Právě organizování činností na profesionální úrovni je podle Tošnera a Sozanské (2002, s. 55) nejvíce

potřebné pro účinnou dobrovolnou pomoc. Veřejně prospěšné dobrovolnictví se vyznačuje znaky s vysokou mírou spolehnutí příjemců jednotlivců a skupin na pomoci dobrovolníka nebo skupin dobrovolníků.

Mezi ostatní druhy pomoci, které nejsou profesionálně organizované a jsou taktéž bezplatné, ale více spontánní, patří vzájemně prospěšné dobrovolnictví. Takto organizovaná dobrovolná činnost probíhá pod záštitou nějaké určité komunity (obce, spolku, klubu, farnosti atd.), oproti tomu výpomocí občanskou nebo sousedskou nazýváme dobrovolnou činnost, která je vykonávána v rámci širších rodinných vazeb, v mezisousedských vztazích a mezi známými a přáteli (Tošner, Sozanská, 2002, s. 70).

2.1.2 Motivace seniorů k dobrovolnictví v sociální práci

V souvislosti s realizovaným výzkumem v rámci empirické části je níže uvedena podkapitola o motivaci seniorů k dobrovolnictví a celé dobrovolnické činnosti.

Frič a kol. (2001, s. 45) uvádí tři základní motivace k dobrovolnické činnosti, při nichž dochází ke vzájemnému prolínání, v některých případech však mohou stát samostatně, nebo se stát dominantními.

Porovnávat odpovědi seniorů-dobrovolníků z mého výzkumného šetření pro mě bylo velice zajímavé. S uváděnými typovým rozlišením motivací od Friče a kol. se vztahovalo k samotné motivaci seniorů k dobrovolnictví. Nejprve objasním tyto níže uvedené typy:

- **Typ konvenční normativní motivace** – jedinec je veden k dobrovolnictví na základě své vnitřní morální normy vycházející z jeho nejbližšího okolí (vzor v jiné osobě, očekávání od druhé osoby), nebo ze své širší společnosti na základě rčení o morálním normativu, že „pomáhat druhým lidem je dobré“. Tato motivace má spojitost se základními principy vycházejícími z křesťanské morálky a vyskytuje se jako dominantní u 42% českých dobrovolníků a ještě častěji u osob starších 60 let věku a jedinců věřících.

- **Typ reciproční motivace** – pro dobrovolnictví se jedinec rozhoduje nejen na základě morálního přesvědčení, že „pomáhat druhým lidem je dobré“, ale zároveň si uvědomuje nové příležitosti vlastního zisku v podobě nově získaných zkušeností,

udržení se v dobré fyzické a psychické kondici, navázání nebo zachování nových sociálních vazeb, vlastní seberealizace, smysluplného trávení svého volného času atd. Dominantní vliv tohoto motivačního typu se projevuje u 38% českých dobrovolníků.

- **Typ nerozvinuté motivace** – jedná se o typ jedince, který je nakloněn k dobrovolnictví na základě důvěry v organizaci, ve které dobrovolnictví vykonává, ve své přesvědčení o smysluplnosti svého jednání a své konkrétní dobrovolné činnosti a z ní vyplývajícího pocitu, že se tak bude mít možnost podílet na šíření dobré myšlenky doplněné vlastním přičiněním v podobě své kvalitní práce. Na své rozhodování má dominantní vliv 24% českých dobrovolníků, jeho výskyt je častější u střední a starší generace (47 – 60 let) a většinou u vysokoškolsky vzdělaných osob.

Nejvhodnější typ pro dobrovolnictví seniorů v sociální práci je typ s reciproční motivací. I když se jednotlivé skupiny navzájem prolínají a jsou si v jednotlivých bodech velmi podobné, stává se jedinec s reciproční motivací pro sociální práci tím nejvhodnějším seniorem-dobrovolníkem.

Níže jsou uvedena některá zjištění z vlastního výzkumného šetření. Senioři-dobrovolníci uváděli jako své běžně popisované motivy:

- pomoc lidem, kteří to potřebují
- sociální cítění k druhým lidem
- snaha nebo vnitřní potřeba být ještě užitečný pro své okolí

Každý senior-dobrovolník však zároveň zmínil alespoň jeden z těchto uvedených motivů:

- vyplnit svůj volný čas
- udržet se v dobré fyzické a psychické kondici
- věnovat se dále svým zálibám
- ctí heslo: „Dnes rád pomůžu já tobě, příště ty mně.“

Uvedené motivy by bylo možné rozdělit do dvou kategorií. Jednu lze nazvat „chci se druhému dát“, pro druhou kategorii je spíše charakteristický název „chci sám pro sebe“. Na základě těchto údajů bylo možné odvodit výsledek, z něhož je zřejmé, že jde

o reciproční motivaci. Ta se podle Friče a kol. (2001, s. 62) častěji objevuje u mladých lidí do 30 let a ateisticky smýšlejících osob. Ve výzkumu byl výzkumný vzorek tvořen seniory - dobrovolníky ve věkovém pásmu nad 60 let, z něhož vyplynulo, že čtyři z pěti osob byli věřící. U těchto osob se častěji vyskytuje podle Friče a kol. (2001) konvenční motivace.

Do typologie Friče a kol. (2001, s. 64) sice senioři-dobrovolníci autorova výzkumu nezapadají, nic však nemění na zjištění, že se pro ně „dobrovolnictví a celá dobrovolnická činnost nestává životní obětí, ale přirozeným projevem jejich osobní občanské zralosti. Oni sami přináší konkrétní pomoc těm jedincům nebo společnosti, tam kde je zrovna zapotřebí. Zároveň dobrovolnická činnost poskytuje dobrovolníkovi pocit jeho smysluplného života, stává se pro něho zdrojem nových životních zkušeností a dovedností a obohacuje jeho osobnost v oblasti mezilidských vztahů“ (Tošner, Sozanská, 2002, s. 19).

2.1.3 Specifikace práce se seniory dobrovolníky

Rok 2007 se stal díky Nadaci Open Society Fund Praha společně s Nadací České spořitelny a.s. začátkem v pořádání jednorozhodných programů s příhodným názvem „Senioři vítání“, které jsou zaměřené na zviditelnění a společenském uvědomění si pozitivní role všech seniorů v naší společnosti. V tomto programu bylo vybráno a finančně podpořeno 13 projektových záměrů. Cílem všech projektů bylo aktivní zapojení seniorů do společenského života v jejich zažité společnosti, realizovaného prostřednictvím širokého výběru aktivit, a ukázat tak, jakým způsobem a kde je možné využít kvalitní množství znalostí a životem nabytých zkušeností seniorů. Z realizovaných projektů vzešlo v konečném výsledku několik závěrů, na základě nich mohou čerpat potřebné informace všechny organizace, jedinci a všichni ti, kteří se tématem dobrovolnictví seniorů v České republice zabývají.

Jako zdroj cenných informací poslouží především těm zájemcům, kteří svoji spolupráci se seniory-dobrovolníky plánují. Z celkového vyhodnocení všech projektových záměrů vyplynulo následující zjištění (Senioři vítání, 2008):

Jako nejúčinnější metodou, která se osvědčila při oslovení a kontaktování seniorů pro práci dobrovolníka, je přímý osobní kontakt. Jestliže budeme hledat někoho nebo

způsob, jak nebo kdo by měl takového vhodného jedince, potencionálního seniora-dobrovolníka vyhledat a oslovit, pak se dobrou volbou stane tzv. „senior – vyhledávač“. Stávají se jím senioři, kteří již dobrovolnickou práci vykonávají a jsou tak sami příkladem pro druhé, nebo jsou z řad seniorů vytipováni, osloveni a jsou všeobecně myslence dobrovolnictví nakloněni a svým zapáleným zájmem pro dobrou věc dokážou nadchnout své přátele, známé a ostatní seniorovy vrstevníky, kteří zatím nejsou v dobrovolnictví angažováni (Město Krásná Lípa, 2008, s. 61). „Senior druhému seniorovi uvěří daleko snáze, nežli mladému formálně oblečenému člověku“ (tamtéž, s. 67).

Individuální přístup při kontaktování potenciálních seniorů-dobrovolníků považuje řada projektů programu Senioři vítáni (2008) za efektivnější než propagace dobrovolnictví seniorů v tištěné formě (inzeráty v místním tisku, letáčky do domácností seniorů, plakáty atd.). Propagace v médiích měla spíše informativní funkci. Nejen cílová skupina, tedy senioři, ale též širší veřejnost bez ohledu na věk, se dozvěděla o možnosti dobrovolnictví, což lze sice považovat za klad, nenaplnil se však očekávaný výsledek, tedy získání seniorů pro dobrovolnou činnost.

Z pohledu aktivizace co největšího počtu seniorů, se jako značně nezanedbatelné jeví zkušenosti jednoho z realizátorů projektového záměru, který si uvědomuje, že „prozatím pracoval jen se skupinou seniorů, kteří měli předpoklady být aktivními“ (Masarykova veřejná knihovna Vsetín, 2008, s. 28) a profesně se zamýšlí nad motivační strategií a účinnou aktivizací ostatní seniorské populace. V rámci vlastní dobrovolnické práce se seniory a na základě výše citované zkušenosti je zřejmé jádro problému v jednoduché společenské záležitosti. Autor je přesvědčen o tom, že skupina seniorů, která se už v produktivním věku nějakým způsobem ve společnosti angažovala, navštěvovala zájmové kurzy, kulturně společenské spolky, pomáhala nebo pracovala s lidmi ze svého okolí nebo s oblibou navštěvovala společnost a různé společenské akce (jedná se o extravertně zaměřené seniory), je schopná se aktivně a snadněji zapojit do společenského života i v postproduktivním věku.

Opačná situace je u populace těch seniorů, kteří ani ve svém produktivním věku lidskou ani kulturní společnost nevyhledávali a dávali přednost uzavřenému životu ve svém soukromí. To ovšem neznamená, že by takoví jedinci nechtěli být prospěšní

ostatním lidem (NAOPAK: v rámci své vlastní rodiny a důkladně prověřených přátel jsou to velmi vstřícní a příjemní společníci), jen prostě nemají vnitřní potřebu a zájem stýkat se častěji s ostatními lidmi ze společnosti, v níž žijí a pracují (odborně je lze pojmenovat introvertními seniory). Také Matýsková (2004, s. 260) uvádí: „způsob aktivního trávení svého volného času vyhledávají především ti jedinci ze seniorské populace, kteří měli i v minulosti, během svého produktivního života rozvinuté zájmy. Ve svém seniorském věku poté ve většině případů plynule pokračují v těchto svých oblíbených aktivitách... úměrně, za předpokladu přijatelných se svými fyzickými a psychickými možnostmi“.

V současné, ani budoucí době není lehké motivovat seniory, kteří patří do introvertní skupiny, aby se aktivním způsobem podíleli na společenském a kulturním životě v naší společnosti a byli jeho součástí, ale zároveň vyvstává otázka, zda se snažit seniory k aktivním činnostem opakovaně povzbuzovat. Pichaud a Thareauová (1998, s. 123) se ve své studii zabývají otázkou aktivizačních metod u seniorské populace a upozorňují, na zjištění, že v případě, že budeme-li roli navrhovatelů či podněcovatelů příliš zdůrazňovat, markantním způsobem riskujeme, že podíl podněcovaných seniorů na kulturně-společenských aktivitách bude neúměrně nižší, na základě toho, že se neustále povzbuzovaný senior může začít cítit být manipulován a tlačěn k tomu, co nechce činit z vlastní vůle.

Jestliže si senior nepřeje participovat na životě naší společnosti, není to znamením ještě toho, že takový jedinec je nespokojeným v prostředí, ve němž žije, jeho život je nutně považován za pasivní a nenachází smysl svého bytí a své životní existence.

Podle názoru realizátorů jednoho z úspěšně uskutečněných projektů v rámci programu Senioři vítáni „není dlouhodobě udržitelná situace využívat jen seniory... jako dobrovolníky...“ (Město Nové Hrady, 2008, s. 58).

Jako hlavní důvod, proč senioři odmítají stát se pravidelně činnými dobrovolníky, je uváděna tíha odpovědnosti a velkého závazku. U seniorů se často objevují pocity, že už by na takovou práci nestačili, mají své povinnosti na zahradě, chtějí vypomáhat svým dětem nejen s hlídáním vnoučat (někdy se od nich tato pomoc očekává) a navíc – do života každého jedince může nečekaně zasáhnout taková situace, která nebude záležitostí řešitelnou během jednoho dne a může tak zásadně změnit náplň a rozložení nejen celého denního rytmu, ale i životního běhu. Snadněji a rádi se poté

přikloní k třeba jen malé příležitostné pomoci (např. při organizování akce, jako je výstavka, sraz spolužáků a jiných...), která se pro ně stane zásadní příležitostí „dostat se ven a zejména mezi ostatní lidi“ (Město Nové Hrady, 2008).

Práce s jedinci nebo skupinami seniorů-dobrovolníků je specifická. Je nutné sledovat a respektovat nejen věk všech zúčastněných seniorů-dobrovolníků, jejich zdravotní stav ve stejné rovině s jejich komplexními fyzickými a psychickými možnostmi, ale nesmíme zapomínat také na jejich časové možnosti.

Nelze opomenout ani seniory, pro něž je pracovní činnost na zahradě milovaným koníčkem, nebo svoji aktivitu vyvíjejí v rámci trávení času s vnoučaty a dostává se jim tak pocitu jejich potřeby. Takový senior je pro svoji společnost potřebný! Senioři tak mohou využít nebo předat své cenné zkušenosti a znalosti, což se stává tím, o co se také v dobrovolnictví seniorů snažíme usilovat.

Naši senioři-dobrovolníci se většinou neradi písemně zavazují a také neprojevují přílišný zájem o supervizní setkání a výzkumné šetření s nimi samotnými. Vyhovujícími jsou pro ně hlavně jasně specifikované konkrétní úkoly se srozumitelně vysloveným cílem. V procesu průběžně nastartovaných činností přicházejí s dalšími novými nápady, které by mohli v co nejbližší době uskutečnit, nebo je prozatím jen plánují (Městská knihovna Sedlčany, 2008).

Základním požadavkem při práci se seniory-dobrovolníky je empatický, individuální, citlivý a trpělivý přístup. U seniorů je nutné používat motivaci (např. pochvala, dát najevo pocit uznání, zřetelně vyslovené poděkování, jasné ubezpečení o jeho potřebnosti a významu celého jeho počínání) a ujasnění časového horizontu, který je nám senior schopen poskytnout. S časovým prostorem pro vstřícné naslouchání by měli koordinátoři počítat při každém kontaktu se seniorem - dobrovolníkem (Masarykova veřejná knihovna Vsetín, 2008).

To však neznamená, že by každý senior-dobrovolník vyžadoval zvláštní ohledy, je jen zapotřebí si uvědomit rozdíly mezi seniorem-dobrovolníkem a placeným zaměstnancem organizace (Kopecká, 2008).

Mezi důležité aspekty dobrovolné práce patří respekt každého seniora k výběru jeho dobrovolné činnosti. Každý člověk má jiné předpoklady, pro jinou pracovní činnost, ale i zájmy, představy a schopnosti každého člověka jsou rozdílné.

Projektový záměr „Aktivní senioři“, který je nezbytnou součástí hospicové péče (Hospic sv. Jana N. Neumanna, 2008) předkládá ověřené zkušenosti, jak je mnohdy pro seniory obtížné a komplikované vykonávat dobrovolnou činnost v hospici. Samotná představa přímého kontaktu s reálným prostředím a klienty u nich vzbuzují obavy a částečně strach, což lze vysvětlit na základě uvědomování si vlastního věku v kombinaci se stálou přítomností přicházející „smrti“. O dobrovolnictví v oblasti hospicové péče je větší zájem z řad mladých lidí. Naopak senioři-dobrovolníci se s oblibou zapojují do kulturně-společenských činností v knihovnách, v pracovních a kulturních záležitostech v místě svého bydliště, jako je vyhledávání, hodnocení a propagace místních památek s následným vydáním publikací, průvodců nebo knih, výuka známých i upadajících ručních prací a řemeslné činnosti, angažovanost při organizaci akcí, aktivní činnost při práci s dětmi... (Senioři vítáni, 2008).

„Z rozhovorů se seniory-dobrovolníky je možné potvrdit, že jim zapojení do projektové činnosti přináší pocity dobře vykonané práce pro společnost, ve které žijí, pocit užitečnosti a další životní seberealizace. Připadají si totiž často nevyužití, osamělí, přehlížení a pro svoji rodinu a společnost nepotřební, a proto se pro ně stávají blahodárné všechny aktivity, ve kterých mohou se zájmem využít své zkušenosti“ (Občanské sdružení Chalupění, 2008, s. 94).

2.1.4 Zákon o sociálních službách a pojem dobrovolnictví

Senior-dobrovolník, který je vyslaný vykonávat dobrovolnickou činnost na základě vlastního rozhodnutí do přijímající organizace zřízené na základě zákona o dobrovolnické službě se primárně musí řídit zákonem o dobrovolnické službě a v oblastech, které nejsou tímto zákonem upravené pak občanským zákoníkem.

Senioři-dobrovolníci nevykonávají žádné činnosti v pracovně právním režimu, nejsou tedy dle zákona profesionálními odbornými pracovníky v sociální práci řazené dle zákona do sociálních služeb dle § 115 a § 116 zákona č. 108/2006 Sb. Je žádoucí a vhodné, aby senioři dobrovolníci vykonávali svou činnost v režimu, § 2, odst. 2, zákona č. 198/2002 Sb., podle kterého nemohou být registrováni jako poskytovatelé sociálních služeb. V sociální práci - službách senioři-dobrovolníci, kteří jsou vysíláni v tzv. akreditovaném režimu, připraveném a organizovaném dle zákona o dobrovolnické službě, uzavírají standardní smlouvu podle příslušných ustanovení zákona

o dobrovolnické službě a svojí činností působí ve společnosti na základě potřeby dle pravidel, jež poskytovatel sociálních služeb definuje podle Standardu kvality sociálních služeb č. 9, kritéria které je uvedené pod písm. d, přílohy č. 2, prováděcí vyhlášky MPSV č. 505/2006 Sb. K zákonu č. 108/2006 Sb., o sociálních službách.

Sociální služby a celkově sociální práce, jsou jako organizační složka registrované podle zákona o sociálních službách a jsou zařazeny jako organizace profesionální, proto se nepředpokládá, že by jejich fungování bylo od základu založeno na dobrovolnické práci seniorů-dobrovolníků. Senioři-dobrovolníci se však mohou stát, a v budoucnosti se tak bude dít stále častěji, nedílnou součástí české sociální práce a výrazným segmentem v činnosti v sociálních službách.

2.2 Smysl zapojení seniorů-dobrovolníků

Tato kapitola se zabývá přehledem dobrovolnických aktivit u seniorů-dobrovolníků v oblasti sociální práce.

Druhy sociálních služeb, do nichž by bylo možné seniory-dobrovolníky v sociálních službách angažovat v zájmu jejich vykonávání dobrovolné činnosti jsou:

Nízkoprahová centra pro děti a mládež, Domovy se zvláštním režimem, Chráněné bydlení, Nízkoprahová denní centra, Pečovatelská služba, Azylové domy, Odborné sociální poradenství, Centra denních služeb, Domovy pro osoby se zdravotním postižením, Ostatní služby dle typologie zákona, Denní a týdenní stacionáře, Sociálně aktivizační služby pro rodiny s postiženými dětmi, Odlehčovací služby, Domovy seniorů, Domovy seniorů s pečovatelskou službou.

Ve všech těchto organizacích zabývajících se sociálními službami v *sociální práci je možné zapojit více či méně seniory-dobrovolníky se zájmem pracovat v sociální práci.* Celková dobrovolnická činnost je závislá na zdravotním stavu každého jedince seniora-dobrovolníka a na jeho schopnosti a časovém rozmezí, v jakém bude danou dobrovolnickou činností schopen vykonávat.

Na základě průzkumu, který provedlo MPSV ČR v roce 2017, bylo zjišťováno, do jakých druhů sociálních služeb v sociální práci by bylo možné seniory-dobrovolníky vyslat a jak jejich dobrovolnou činností stále více rozvíjet.

Nejvyšší zájem na základě výzkumného šetření u seniorů zaznamenala nízkoprahová centra zaměřená zejména pro volnočasové aktivity pro děti a mládež, domovy s pečovatelskou službou, domovy pro seniory a centra se sociálně aktivizační službou pro rodiny s dětmi. Tyto výše jmenované druhy služeb v sociální práci jsou tedy nejčastějšími a nejoblíbenějšími sociálními službami, které se snaží spolupracovat s externími subjekty, organizacemi, jež dobrovolníky vysílají.

Z průzkumného šetření dále vyplynulo, jaké činnosti nejčastěji senioři-dobrovolníci vysílání externími subjekty nebo přicházející samostatně do sociální práce vykonávají. Nejčastěji se jedná o přípravu kulturně společenských akcí, tematické procházky s klienty, povídání si a čtení u lůžka klientů nebo vedení zájmových kroužků pro seniory, částečně mobilní klienty s handicapem nebo klienty žijících v pobytových zařízeních. Jako nejčastěji uváděná kontaktní osoba v sociálních službách, která s vysílající organizací spolupracuje, byli uváděni ředitelé nebo vedoucí pracovníci organizace a sociální pracovníci.

V srpnu 2016 bylo na základě průzkumu Registru sociálních služeb MPSV, Koalice dobrovolnických iniciativ Hestia o. s., na základě seznamu akreditovaných projektů vysílajících organizací v oblasti dobrovolnické služby v letech 2015, 2016 a 2017 a databáze organizací žádající dotační podporu, dále pak na základě programu určeného pro vyrovnání příležitostí pro občany se ZP na MZČR v roce 2016 a webových stránek Dobrovolnik.cz zjištěno v ČR 862 organizací, které podle svého programu deklarují spolupráci také se seniory-dobrovolníky ve všech oblastech, zejména však v sociální práci (sociální, zdravotní, ekologie atd.). Z toho je 179 organizací jiného charakteru než poskytovatel sociální služby v sociální práci (dobrovolnická centra, organizace, které se zabývají jinou oblastí než sociální apod.) a poskytovatelů sociálních služeb je 687. Ze 179 dobrovolnických center a jiných organizací je 86 organizací více či méně aktivně spolupracujících se sociálními službami.

V Koalici dobrovolnických iniciativ Hestia, o. s. bylo v lednu 2012 zapsáno 54 organizací, z toho 3 byly zároveň poskytovateli sociálních služeb.

Primárně do ní tedy vstupují i jiné organizace (různá dobrovolnická centra) než jsou poskytovatelé sociálních služeb v sociální práci. Dle Koalice dobrovolnických iniciativ Hestia, o. s. se jedná o „sdružení organizací, které jsou zapojené do Programu rozvoje dobrovolnictví seniorů, všichni členové koalice se aktivně věnují práci s dobrovolníky

dlouhodobě a jsou organizátory různých dobrovolnických programů.“ 141 organizací z 864 by mohlo využít pracovní potenciál seniorů-dobrovolníků ve všech oblastech dobrovolnické služby a mají akreditaci MPSV ČR udělenou podle zákona o dobrovolnické službě. Ze 141 organizací, které měly v roce 2015 platnou akreditaci MPSV ČR, je 43 zároveň zapsaným poskytovatelem sociálních služeb.

Z výzkumu vyplývá, že akreditaci u MPSV ČR je tedy větší zájem u poskytovatelů sociálních služeb než o členství v Koalici dobrovolnických iniciativ Hestia, o. s.

Největší počet odpracovaných dobrovolnických hodin od seniorů na jednoho seniora-dobrovolníka vykazuje průzkum u činnosti v předčitatelských službách v nemocničních zařízeních, domovech seniorů a domovech s pečovatelskou službou. Avšak nejvíce dobrovolnických hodin je odpracováno v domovech pro seniory. Nejvíce senior- dobrovolníků pracuje v sociálně aktivizačních službách pro seniory, mládež a osoby se zdravotním postižením.

Organizace zajišťující sociální služby a organizování dobrovolné práce ze svých rozpočtů financují koordinátory, pojištění dobrovolníků, speciální odborný výcvik, supervizi, cestovné a režijní náklady.

V souvislosti se stářím, které je přirozenou životní etapou, kdy si člověk často klade otázky, které se týkají smyslu celého života a svojí užitečnosti, by mohli senioři dobrovolníci vykonávat svoji dobrovolnickou činnost také na středních školách, které se věnují výchově a vzdělávání mladých lidí v období jejich adolescence. Dopady dobrovolnictví lze rozpoznat i v jiných oblastech nežli jen v sociální práci, např. v oblasti školství, asistencí ve výuce v rámci inkluzivního začleňování žáků s SPU a se žáky s IVP.

Helus (2004, s. 117) mluví o podrobném zaobírání se generace mladých lidí tendencí k přesahu, kterou chápe jako „přirozené nalezení smyslu života a jeho orientací k něčemu vyššímu, bytostně podstatnějšímu, než jsou jenom úzce osobní potřeby a povrchní zájmy“.

Pokud však nebudou v budoucnu před mladými lidmi vystupovat pozitivní vzory a příklady, které by je uchvátily a staly se jejich morálními vzory, dochází zpravidla k celkové deformaci této tendence a taková moderní mládež se poté upíná k jakýmsi „pseudopřesahům“, které bývají navozovány módou a mohou nabývat násilné podoby, identifikací se sektou apod.

Celkově zde však vyvstává otázka, jak dalece zasahuje dobrovolnictví seniorů v oblasti školství do sociální práce a zda lze považovat dobrovolnictví seniorů ve školním prostředí např. se žáky s SPU jako sociální práci.

3. DOBROVOLNICTVÍ SENIORŮ V ZAHRANIČÍ

Co dobrovolnictví seniorů vlastně znamená? Tímto tématem se v celosvětovém měřítku v prvopočátcích zabýval průzkum Evropské komise (Braun 2002, s. 50). Je jím zalévání květin od souseda, když odjedeme na dovolenou? Nebo být členem a pomáhat ve sdružení chovatelů králíků? Být neplaceným trenérem dětského fotbalu? Být tím, kdo se účastní demonstrace? Pečovat o vlastní rodiče nebo jen darovat peníze na charitu. Takové otázky jsou obsaženy v Evropském mapovacím průzkumu.

Otázka, zda je dobrovolnictví tím správným výrazem v konečném důsledku závisí na definici, která je nakonec použita. Neexistuje žádná jednotná definice, nicméně v německy mluvících regionech se používá několika různých termínů pro dobrovolnictví. Například (Braun 2002, s. 54) uvádí:

- Bürgerschaftliches Engagement (účast občanů / občanská angažovanost)
- Freiwilliges Engagement (dobrovolná účast / dobrovolné zapojení)
- Zivilgesellschaftliches Engagement (zapojení občanské společnosti / občanská účast)
- Zivilengagement (občanská participace / občanská angažovanost)
- Ehrenamt (čestná pozice)
- Freiwilligenarbeit (dobrovolnická práce)

Každý termín je odvozen od určité filozofické školy, a tím i určité interpretace (Anheier, Toepler 2003, s. 23-24). Ještě lepší možností s charakteristickými znaky pro definici dobrovolnictví uvedl výbor „Pro budoucnost ve Spolkovém sněmu v Německém parlamentu“.

Občanskou angažovanost v tomto smyslu charakterizoval slovy jako dobrovolný, nezaměřující se na hmotný zisk, orientovaný na společné dobro uskutečňující se na veřejnosti nebo ve veřejné sféře, které je obvykle vykonáváno společně / kooperativně.

Na Evropské úrovni a na základě rozhodnutí Rady Evropy se na základě Evropského roku dobrovolné činnosti a za podpory aktivního občanství v roce 2011 se ustanovila nejnovější definice dobrovolnictví.

Dokument používá pojmy občanská participace, dobrovolnictví a dobrovolnické činnosti (Evropská rada 2009/2010: Preambule - bod 5, online).

„S patričním ohledem na zvláštnosti situace v každém členském státě a všem formám dobrovolnictví, termín „dobrovolná činnost“ se vztahuje na všechny druhy dobrovolné činnosti, ať již formální, non-formální či neformální, které určitá osoba vykonává z vlastní vůle zdarma, volby a motivace a bez ohledu na finanční prospěch. Tyto činnosti jsou prospěšné pro jednotlivé dobrovolníky, obce i společnost jako celek. Jsou také prostředkem pro jednotlivce i sdružení nástrojem k uspokojování lidských, společenských, mezigeneračních nebo potřebami na ochranu životního prostředí (a často jsou vykonávány na podporu státu, který není neziskovou organizací nebo z iniciativy určité obce). Dobrovolná činnost nenahrazuje profesionální placené pracovní příležitosti, ale přidanou hodnotu pro společnost.“ (Evropská rada 2009/2010: Preambule - bod 5, online).

Neobvyklý aspekt této definice je v rozdělení dobrovolné práce na formální, non-formální a neformální kategorie. Současná literatura většinou kontrastuje s formálním dobrovolnictvím na straně jedné a non-formálního, nebo-li neformálního dobrovolnictví na straně druhé.

Formální dobrovolnictví je obecný termín pro dobrovolné činnosti, které se odehrávají v organizovaných strukturách, např. Pozice dobrovolníka (jako přisedící), nebo se účastní jako vedoucí skupiny mladých lidí ve sportovním sdružení. Termíny non-formální nebo neformální dobrovolné činnosti se obvykle používají jako synonyma.

Vztahují se na „neorganizované“ formy dobrovolné činnosti, jako je například pomáhá sousedům (BMFSFJ, 2009 s. 9). Znění rozhodnutí Rady však není jasné, jak tyto tři formy lze od sebe navzájem odlišit.

V denních diskusích přesné vyjasnění definice není vždy nutné, protože výrazy jako občanská participace a dobrovolnou práci lze chápat velmi širokým způsobem. V konkrétním případě je třeba se ptát, zda sem patří sousedská pomoc nebo politické aktivity. Mezi ještě důležitější lze pokládat probíhající diskuse mezi účastníky v evropském / mezinárodním kontextu, protože každá země má svoji vlastní dobrovolnickou tradici.

Existují například značné rozdíly mezi jednotlivými formami dobrovolnictví. U postsocialistických členských států ve střední a východní Evropě je třeba vzít v úvahu, že po změně politických poměrů muselo projít od základu proměnou celé

chápaní dobrovolnictví, spolků a organizací. To bylo do té doby ovlivňováno nucenou občanskou účastí do politických oslav a členstvím v organizacích mládeže a jiných „povinně dobrovolných akcích a organizacích“ (Zimmer, Priller 2010).

Další rozdíl v chápaní dobrovolnictví je otázka, zda je, či není pomoc souseda neformálním dobrovolnictvím a zda ji za ni počítat. V Rakousku se jedná o případ nedobrovolnictví, ve Švýcarsku lze dobrovolnictvím nazvat také finanční dar (BMFSFJ 2009). Termín dobrovolnictví v Nizozemsku zahrnuje politickou participaci, dobrovolnou práci, pomoc malým dětem a péči o závislé osoby (Vogelwiesche, Sporket 2008). Neformálním dobrovolnictvím se v Německu a ve Francii obvykle stává občanská angažovanost.

- **Globální města přátelská seniorům**

Je významný projekt v oblasti politiky stárnutí, který byl převzat jako účinné opatření ve státě v oblasti sociální politiky jako jeden z výchozích dokumentů při řešení tématu stárnutí populace.

Tento projekt se zrodil v červnu 2005 v rámci zahajovací části XVIII. světového kongresu gerontologie a geriatry IAGG v Rio de Janeiro v Brazílii, jenž byl pořádán světovou zdravotnickou organizací. Projekt se setkal s okamžitým nadšením a překvapujícím zájmem, který se odrazil v investicích a štědré podpoře ze strany mnoha partnerů. Výzkumné práce byly realizovány ve 33 městech díky podpoře vlád, nevládních organizací a akademických subjektů. Za přispění neformálních a profesionálních pečovatелů – dobrovolníků ve všech oblastech sociální práce, kteří se v mnoha městech rovněž zúčastnili konzultací. Tito lidé na základě svých vlastních zkušeností vytvořili model města přátelského seniorům. Senioři dobrovolníci jsou v důležitém vztahu se sociální podporou a budou i nadále hrát primární roli, a to jako aktivní občané hájící své zájmy komunity a běžné osoby monitorující všechna veřejná opatření, jejichž cílem je učinit jejich města přátelštějšími ke generaci seniorů.

Stárnutí světové populace a urbanizace jsou dva globální trendy, které společně tvoří významné síly formující 21. století. Současně s růstem městských aglomerací, se také zvyšuje podíl jejich obyvatel starších 60 let.

Světová zdravotnická organizace (WHO) chápe aktivní stárnutí jako kompatibilní celoživotní proces, formovaný různými faktory, který jednotlivě i ve vzájemné interakci přispívá ke zdraví, participaci a bezpečí ve vyšším věku.

Cílem Světové zdravotnické organizace je aktivním stárnutím seniorů inspirovat města, aby se stala přátelská seniorům a využila jejich potenciál, který senioři pro společnost představují. Města přátelská seniorům podporují aktivní stárnutí, optimalizací příležitostí pro zdraví, participaci a bezpečí s cílem zlepšení kvality života osob v procesu stárnutí.

V praxi to znamená, že města přátelské seniorům přizpůsobují svou infrastrukturu a své služby tak, aby byly přístupné pro seniory s různými potřebami. Abychom porozuměli charakteristikám měst přátelským seniorům, musíme hledat u zdroje, tj. u seniorů žijících ve městech. Senioři jsou napomáhajícími pro rodiny, komunity a dobrým ekonomickým zdrojem.

Spolupracovníci a partneři WHO, kteří jsou vedeni příslibem komunit přátelských seniorům, aktivně usilují o implementaci výsledků výzkumu do praxe, při tvorbě místní politiky a o jejich šíření do dalších občansko-sociálních komunit. Společenství obcí a měst přátelských k seniorům roste a studie WHO byla na jejím počátku (Globální města přátelská seniorům, 2009, online).

3.1 Dobrovolnictví v EU

Následující kapitola a podkapitoly vycházejí z analýzy případových studií a jsou výsledkem mnou zpracovaných zahraničních případových studií. Tyto případové studie se staly rozsáhlou přílohou této rigorózní práce, Přílohou č.1: Příklady zapojení seniorů-dobrovolníků ve vybraných státech. Následující kapitola a podkapitoly tak sumarizují některá doporučení a případně další důležité nálezy, které jsem shledal při jejich kritickém zpracování jako důležité pro tuto práci.

Dobrovolnictvím ve státech Evropské unie se zabývá ve svém přehledu, zaměřeném na politický vývoj v Evropě, Institut pro sociální práci a sociální pedagogiku (ISS) Institut für Sozialarbeitund Sozialpädagogik. Přehled je pravidelně zpracováván od července roku 2010.

Jedná se o pravidelný sociální průzkum zaměřený na „sociálně-politický vývoj v Evropě“. Průzkum proběhl za podpory Německého spolkového ministerstva pro

rodinu, seniory, ženy a mládež. Rozhodnutím Rady Evropské unie se stal rok 2011 Evropských rokem dobrovolných činností s podporu aktivního občanství s důrazem na to, že dobrovolnictví je také otázkou na úrovni EU.

3.1.1 Koncepční rámec případových studií

Aby bylo možné popsat vztah mezi sociální a materiální situací seniorů ohrožených sociálním vyloučením, došlo k identifikaci a mapování vhodných opatření na podporu sociálního začleňování a na tomto základě byl vyvinut teoretický rámec podpory.

V návaznosti na návrh Evropské unie bylo sociální vyloučení považováno za mnohem víc, než materiál o finanční deprivaci a chudobě (které jsou navzájem komplementární). Sociální vyloučení je více komplexním pojmem, který se týká dynamického procesu úplného, nebo částečného osobnostního vyloučení ze společnosti nebo z jakékoli sociálního, ekonomického, politického a kulturního systému, který určuje sociální začlenění člověka ve společnosti (Walker a Walker, 1997).

„Taková rozměrnost je klíčovým prvkem a zásadní výhodou konceptu sociálního vyloučení a chudoby, protože vyloučení je mnohostranným jevem při materiální ztrátě, v celé řadě nehmotných rozměrů“ (Layte, 2010).

V důsledku toho je nutné zaměřit se na seniory a celkovou seniorskou populaci a rizikové faktory sociálního vyloučení, které byly vzaty v úvahu a mají zvláštní význam související se stárnutím obyvatelstva, sociálního rizika ve stáří, jakož i životních situací seniorů obecně. Přitom evropský projekt Globální města přátelská seniorům, nenásledoval celkovou konceptualizaci sociálního vyloučení (a jeho příslušné rizikové faktory), které v zásadě platí pro všechny věkové skupiny (Jehoel-Gijsbers a Vrooman, 2008).

Evropský projekt vzal na vědomí jen některé rizikové faktory, protože mají zvláštní význam v hrozícím vyloučení ve stáří, a to zejména v pokročilém věku seniorů (Naegele, 2010).

V této souvislosti byl použit sociologický pojem „*Lebenslage*“ (Backer, Naegele, 2007). V konceptu „*Lebenslage*“ jsou vidět rizikové sociální faktory, zejména mezi „nejstaršími seniory“ – ekonomická chudoba a zhoršený zdravotní stav - především ve slabých sociálních sítích (včetně rodinných vztahů a vazeb, vdovství a rozvodů).

Jedná se o rizikové sociální faktory, které by mohly vést k izolaci a osamění, špatnému přístupu k neformální společenské podpoře, sociálním, zdravotním a pečovatelským službám, omezenou pohyblivost, špatné podmínky bydlení, stejně jako ostatním faktorům životního prostředí, jako je bydlení ve venkovských oblastech (Clemens a Naegele 2004, Hoff, 2008).

V této souvislosti s vnímáním seniorů, byl proveden výzkum, při jehož výsledku je nutné mít na paměti, že empirické údaje ukazují silnou korelaci, která patří do skupiny sociálně znevýhodněných osob s negativním sebevědomím (BMFSFJ, 2006).

V důsledku toho I. etapa projektu souvisí s pojmem „*Lebenslage*“, sociologického konceptu sociálního vyloučení se zaměřením na starší osoby, konkrétněji a empiricky zaměřeného na sociální vyloučení seniorů a koncipovaného do tak již nízké, nebo dokonce chybějící účasti na formálních i neformálních sociálních nebo rodinných sítích, včetně volnočasových aktivit, nedostatečné sociální podpoře a sociální izolaci. Kromě toho sociální vyloučení ve stáří lze také chápat jako nedostatečný přístup k sociální, zdravotní a pečovatelské službě pro seniory, jako významné dimenzi sociálního vyloučení (Jehoel-Gijsbers a Vrooman, 2008).

Na rozdíl od pojetí sociálního vyloučení, „*Lebenslage*“ a desintegrace čtvrtina použitého konceptu se v první fázi zaměřila na „aktivní stárnutí“ (Walker, 2002). Tento koncept je v současné době nejmodernější pro posílení účasti a zapojení starších lidí do společnosti. Podle tohoto konceptu aktivního stárnutí, je definován proces optimalizace příležitostí pro zdraví, zapojení a zabezpečení s cílem zlepšit kvalitu života lidí ve stáří. V této široké definici pojem činnost není omezen na výrobu zboží a trh práce, i když tomu tak v minulosti velmi často a mylně bylo.

V důsledku toho ve své konceptualizaci projekt nesledoval přístup na trh práce pro aktivně stárnoucí seniory, (podle výkladu britského sociologa Alana Walkera, který v první řadě zahrnuje - mimo jiné kategorie - oblasti zdravotnictví a sociální integrace), ale účast a začlenění s celkovým zaměřením na kvalitu života. Přitom koncept se nezaměřuje na individuální proces stárnutí s cílem zvýšit svou kvalitu života, ale spíše se výslovně zaobírá společenským hlediskem se zvláštním zaměřením na znevýhodněné skupiny.

V této souvislosti je dobrovolná a občanská angažovanost ve stáří považována za základní součást aktivního stárnutí zahrnující dvě dimenze bytí, užitečné jak pro jednotlivce, tak i pro společnost jako celek („individuální a společenské užitečnosti“).

V souladu s tím dobrovolnictví a občanská angažovanost ve stáří přispívá ke zdraví a aktivnímu stárnutí a odráží se současně také v aktivním občanství (BMFSFJ, 2006).

To „operacionalizace“ ukazuje hodnotu aktivního stárnutí v konceptu pro rozvojové opatření v oblasti sociálního začleňování. Při úvaze různorodosti starších lidí a zaměření se na rizikové skupiny, ohrožené sociálním vyloučením, vyplývají zákonitě podmínky a prostor pro účast starších osob, jež jsou zaměřené zejména na posílení struktury v různých společenských úrovních. V tomto kontextu slouží dobrovolnictví jako zásadní oblast činnosti a organizace na úrovni společenství.

K zapojení obcí jako centrálního prostředí lidského života, obzvláště vyzývá Naegele (Naegele, 2008).

Důraz je kladen na větší účast seniorů na životě společnosti s cílem zvýšit jejich zapojení a formování jejich místního životního prostředí. To také znamená, že potenciální přínos a zdroje starších lidí nejsou jen v tom, že jsou považováni z individuálního hlediska, ale je třeba také poukázat na jejich zodpovědnost za vzájemně se podporující komunitu. V této souvislosti je veřejný závazek také nazýván (Vorleistungsverpflichtung) a jeho potenciál napomáhá formovat odpovídající rámec pro jeho realizaci (BMFSFJ, 2006).

V širším evropském pohledu je kladen důraz na aktivní stárnutí a dobrovolnictví. Z pozice Evropské platformy pro starší osoby (AGE, 2009), je uvedeno, že: „rok 2012 byl vyhlášen Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity, z ustanovení členské rady vyplývá, že senior je v dobrovolnictví nezbytnou složkou a současně podporuje vlastní aktivní stárnutí... AGE se domnívá, že Evropský rok dobrovolnictví by mohl doplňovat, a poskytnout strukturované odkazy i pro ostatní nadcházející roky, které by se mohly střídavě stát Evropskými roky aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity“.

V důsledku toho je projekt výslovně zaměřen na tato opatření, tzn. převážně formálního dobrovolnictví ve stáří, primárně na místní úrovni, kde by mohly sloužit i starší dobrovolníci. Na podporu jejich sociálního začlenění, anebo aby se zabránilo sociálnímu vyloučení stejně jako u těch, kteří budou využívat nebo již využívají služby jako příjemci dobrovolnictví seniorů a kteří jsou vystaveni riziku sociálního vyloučení.

Celkově tyto předpoklady a pojmy slouží jako teoretický rámec pro projekt a jako výběrová kritéria pro případné studie ve fázi I. První fáze výzkumu zaměřeného

na zkoumání opatření na podporu sociálního začlenění starší populace - seniorů, kteří již opustili trh práce (osoby nad 65 rokem svého věku) v pěti členských státech. Zvláštní důraz byl kladen na opatření podporujících dobrovolnictví (Naegele, 2008).

3.1.2 Země zapojené ve výzkumném šetření

V první fázi jsou uváděny země jako Dánsko, Německo, Itálie, Nizozemsko a Polsko, které podle empirických výzkumů mají podstatné rozdíly v přístupu k začleňování seniorů do sociální práce, v míře sociálního vyloučení seniorů i jejich účasti na dobrovolnické činnosti. V Dánsku a Nizozemsku, kde již sociální začlenění seniorů značně pokročilo, má dobrovolnictví silnou tradici. Polsko je na druhou stranu jednou z těch zemí, v nichž je sociální vyloučení seniorů na podprůměrné úrovni, a to jak z ekonomického a strukturálního hlediska, tak z hlediska sociální participace.

Německo zabírá střední pozice v obou směrech. Z hlediska sociálního vyloučení se Itálie pohybuje mezi Německem a východoevropskými zeměmi a je charakterizována silnými náboženskými institucemi a charitativními aktivitami v oblasti sociálního zabezpečení a zdraví.

- **Národní zprávy o zázemí z pěti zapojených zemí**

Základní informace ve formě zpracované komplexní zprávy o opatřeních pro sociální začlenění seniorů v pěti vybraných zemích měli za úkol předložit národní zpravodajové. Ti byli požádáni, aby řešili tyto otázky: hlavní cíle národní politiky, vyhledávání případů cíleného sociálního vyloučení starších lidí, zda opatření obsažená v podpoře dobrovolnictví seniorů jsou na národní úrovni, na jaké úrovni je poskytování jakéhokoli druhu finanční podpory, zda existují legislativní a jiné podněty od obcí, místních samospráv anebo od jiných lokálních organizací a spolků z bezprostředního okolí, jaká je role dobrovolnictví v opatřeních, jak je řešen odchod z pracovního procesu do důchodu v jednotlivých zemích.

- **Místní případové studie**

V každé z pěti vybraných zemí provedli národní zpravodajové studie úspěšných opatření s příklady aktivních iniciativ. V úvahu byli brány tyto cíle: identifikovat překážky, které brání dobrovolné činnosti v sociální práci seniorů, poučit se

ze zkušeností současných opatření a osvědčených postupů, které by mohly být použity v jiných zemích s různým institucionálním zřízením.

- **Případová studie - šablona**

Jak již bylo výše uvedeno, projekt byl zaměřený na formální dobrovolnou činnost. Témata pro opatření iniciativ a zvolené příklady dobré praxe nebyly předem definovány. To zvýšilo šance na nalezení širšího rozsahu možných opatření u iniciativ. Avšak v souladu s cíli projektu by se měla kritéria výběru témat zaměřit se na starší občany, kteří jsou vystaveni a ohroženi sociálním vyloučením, neboť zahrnují především seniory jako agenty ve formálním sociálním dobrovolnictví. Pokud je to možné, zaměřují se na opatření na úrovni společenství.

- **Cíle a výzkumné metody**

V souladu s hlavním cílem projektu „dobré praxe“ bylo dobrovolnictví v této oblasti obecně definováno jako opatření iniciativ, které snižují riziko sociálního vyloučení u starších osob. Jako první krok každého národního korespondenta byl návrh několika možných opatření iniciativ, jež by byly v souladu s kritérii výběru. Za druhé: pro jednotlivé studie byla vyvinuta šablona, která posloužila národním korespondentům v hodnocení konečných výběrových kritérií a také k tomu, aby se ujistili, že vybrané případy poskytly relevantní informace výzkumného záměru na případových studiích. Tyto aspekty pak byly u jednotlivých zemí zkoumány. Výzkumný projekt každé země se skládal z níže uvedených témat.

- 1. Obsah a cíle, včetně cílové skupiny***

V úvodní části případové studie šablony, by měli být uvedeny relevantní informace o cílech, činnostech a opatřeních iniciativy, zahrnující informace o její historii a zdrojích, jakož i informace o příslušném pozadí celé organizace.

- 2. Nábor, zapojení a účast***

Tato část by měla obsahovat důležité informace o cílových skupinách (je to například: věk, pohlaví a životní podmínky) za účelem určení, do jaké míry jsou zapojeny v projektovém šetření a jakým způsobem jsou skupiny ohrožené sociálním

vyločením. Rovněž by měly být uvedeny informace o připojení na jiné iniciativy nebo místní úřady a jiné sítě.

3. Podporující faktory, překážky a bariéry

V této části případové studie by měly být poskytnuty základní informace a detailní znalosti o podporujících faktorech, stejně jako o faktorech kladoucích překážky jak v dobrovolnictví, tak ve vnitřních opatřeních iniciativ.

4. Výsledky a efektivnost

Těžištěm této části jsou výsledky a účinná opatření iniciativ o úspěšnosti v „aktivaci“ nebo motivaci starších lidí ohrožených sociálním vyloučením k účasti na dobrovolnictví. Měly by také poskytovat informace v souvislosti s hypotézami projektu a jeho dopadu na individuální úrovni, jako je lepší zdraví a pohoda, prevence z izolace a rozvoj nových dovedností. Prvky, ve kterých se vyskytují překážky, by se měly také přezkoumat.

5. Udržitelnost a přenositelnost

Tato část by měla poskytnout informace o časovém rámci a pohledu na opatření iniciativ, jakož i na příslušné podmínky jejich případného převodu do jiných obcí či zemí.

Vybrané případové studie z každé země jsou zde uvedeny v krátkém přehledu v centrálním vývoji s ohledem na sociální začlenění a dobrovolnictví seniorů v sociální práci.

Příklady zapojení seniorů dobrovolníků ve vybraných státech, zpracované ze zahraniční literatury jsou uvedené v Příloze č.1.

3.1.3 Přehled dobrovolnických studií v Evropě

Rozdíly v chápání dobrovolnictví se odráží i ve studiích, v nichž lze zkoumat: kolik občanů lze nazvat dobrovolníky.

Různé výsledky, pokud jde o čísla dobrovolnictví, ať už v národních studiích (v Příloze č. 1), nebo v rámci mezinárodních srovnávacích studií, jsou v důsledku různých forem rozdílné, a proto je třeba objasnit, zda se jedná o formální, nebo neformální dobrovolnictví a podle toho je zařadit.

Vyvstává otázka, zda je členství v asociacích považováno za dobrovolnictví, nebo zda je nezbytný pro výkon kvalifikované činnosti při samotné dobrovolnické občanské činnosti v organizaci předpoklad konkrétních pravomocí. To se také stává důležité při hodnocení míry dobrovolníků, tj. počet lidí v dobrovolnictví, jako procento z celkové populace v dané zemi nebo skupině obyvatelstva.

Vždy je důležité vzít v úvahu kulturní zázemí. Pokud je rodina v dané zemi považována za prioritu, je dobré například vysvětlit, proč tito lidé mají méně času na formální dobrovolnictví v organizacích. Současné údaje o dobrovolnictví a chování občanů ukazují mezi jednotlivými zeměmi rozdíly.

V souladu s tím „Evropská sociální realita“ provedla průzkum (Eurobarometr), (Evropská komise, 2007), zveřejněný v únoru 2007, a dospěla k závěru, že Rakousku (60%), Nizozemsko (55%) a Švédsko (53%) jsou země, v nichž se většina lidí dobrovolnictví věnuje.

Zatímco Litevci (11%) a Portugalci (12%) se dobrovolnictví věnují nejméně. Ostatní země EU dosáhli ještě nižších výsledků. (BMFSFJ 2015).

3.1.4 Překážky dobrovolnictví

Zprávy ze zemí (uvedené v Příloze č. 1) účastníků se projektů v rámci dobrovolnictví v sociální práci odhalili několik důležitých faktorů bránících v podpoře sociálního dobrovolnictví u vyšších věkových skupin a zapojení starších osob ohrožených sociálním vyloučením. Do jisté míry tyto faktory obecně rovněž platí pro dobrovolnou práci seniorů v sociální práci jako celku.

Zprávy potvrzují stávající empirické poznatky, podle nichž starší lidé s omezenými ekonomickými zdroji, nižší úrovní vzdělání a horším zdravotním stavem jsou méně zastoupeni mezi dobrovolníky seniory v sociální práci a naopak.

Zejména věk a zvyšující se zdravotní omezení zde nastavuje přirozené hranice, a tak se individuální prostor pro dobrovolnictví v sociální práci se stává omezeným. V důsledku toho je méně dobrovolnictví hlášeno mezi příslušníky vyšších věkových skupin. To platí zejména pro seniorskou skupinu starší 75 let.

V této souvislosti je zřejmé, že nábor nových dobrovolníků je vysoce závislý na sociálních sítích a sociálním kapitálu a již existující vstup do neziskového sektoru má

zásadní význam. To představuje velkou výzvu pro starší osoby – seniory ohrožené sociálním vyloučením. Zájem seniorů zapojit se do dobrovolné práce v sociální práci na vlastní pěst je málo pravděpodobný, seniorská populace většinou očekává, že bude oslovena tak, aby se dobrovolně do dobrovolnické činnosti v sociální práci zapojila.

Dobrovolnictví ve stáří a příslušných dobrovolnických strukturách je vysoce závislé na aktivním dlouhodobém závazku, vysoce motivovaných a angažovaných jednotlivců, kteří působí v oblasti podpory. Tyto osoby obvykle patří do skupin, které mají k dispozici dostatečné zdroje a síť iniciovat a zajistit tak stálou podporu projektům. V této souvislosti je také důležité zmínit, že dobrovolnictví často souvisí s osobními zkušenostmi a senioři se s ním poprvé setkávají po odchodu do důchodu. Obecně platí, což je nutné zdůraznit, že přijetí individuální motivace představuje konkrétní výzva. V této souvislosti je posloupanost a nalézání nových vůdců důležitým aspektem.

Další překážky se týkají strukturálně-organizační úrovně. Nicméně, opět překážky „jsou a nejsou“ specifické pro starší lidi v ohrožení sociálního vyloučení, ale neplatí pro starší lidi jako celek. Zejména při nedostatku finančních prostředků a při zakládání základní organizační struktury (například vybavení a základní financování).

To znamená, že financování základního jádra dobrovolné organizace má velký význam, a to nejen v udržování infrastruktury pro dobrovolnictví, ale také v motivaci zúčastněných osob.

Motivace je mnohem důležitější pro starší lidi v ohrožení sociálního vyloučení, a proto by měly být veškeré aktivity v této skupině posíleny.

Situace, kdy organizace tráví příliš mnoho času s žádostí u obcí pro malé částky finanční podpory, může působit jako silný „de-motivátor“ zejména pro danou skupinu organizačních pracovníků v dobrovolné práci.

Překážky, jako ty výše zmíněné, ovlivňují všechny iniciativy v zúčastněných zemích. Nicméně existují tam také některé překážky, jež jsou založené na rozmanitosti a specifických podmínkách dobrovolné struktury sledovaných zemí.

V Polsku je to například obecně nižší hodnota dobrovolnictví mezi staršími osobami, což lze chápat jako důsledek chybějící tradice činností pro nevládní organizace.

Dobrovolnická práce osob ve stáří tak nemůže být ovlivněna lidmi bez předchozích zkušeností a nemůže být považována za „přirozené pokračování“ dobrovolnické

práce probíhající v minulosti. V tomto případě platí doporučení, že je třeba začít s dobrovolnictvím v sociální práci od nuly. V Polsku se vzhledem k relativně horšímu zdravotnímu stavu, omezené ekonomické situaci a nízké úrovni dosaženého vzdělání u starší generace (osob ve věku 75 let a více) cílová skupina sestává z pasivních příjemců podpory, kteří budou v budoucnosti vyžadovat větší, dlouhodobý a nákladný proces sociální integrace než osoby, jež prožili život v jiném politickém zřízení a sociálním klimatu a lze je snadno integrovat. Výsledkem je, že v této skupině není dostatečný počet potenciálních vůdčích osobností a jiných osob, které by mohly sloužit jako hnací síly.

3.1.5 Evropské dobrovolnictví v praxi

V níže uvedeném textu jsou zpracovány zkušenosti se seniory-dobrovolníky pracujícími v sociální práci získané z cizojazyčné literatury a výzkumného textu anglického originálu určeného pro „Opatření pro sociální začleňování seniorů v dobrovolnictví v sociální práci“, v politickém kontextu EU, a srovnány s případy jednotlivých studií u vybraných Evropských zemí, od autorů: Gerharda Naegeleho a EckaratSchnabela, s přispěním Jana Willema van de Maat (Nizozemsko), Pawela Kubickiho (Polsko), Carlose Chiatti (Itálie) a Tine Rostgaard (Dánsko).

Evropa dnes čelí nebývalým demografickým změnám, které zahrnují dříve opomíjené stárnutí populace. Stárnutí obyvatelstva se zrychluje a aktivního obyvatelstva EU začalo ubývat mezi roky 2013 - 2014, počet seniorů ve věku 65 - 79 let se výrazně zvýšil po roce 2010 a okolo roku 2030 jich bude více o cca 37,4% než v roce 2010. S délkou, stále se prodlužujícího života v členských státech Evropy neustále roste počet velmi starých osob (osoby ve věku 80 let a více): nárůst o 57,1% mezi roky 2010 a 2030 (European COM, 2005).

S ohledem na demografické a společenské změny je kladen stále větší význam na sociální začleňování starších lidí-seniorů a na jejich podporu v dobrovolnické práci. Nicméně, vzhledem k rostoucí střední délce života je třeba vzít na zřetel, že starší lidé jsou a stávají se čím dál více heterogenní skupinou obyvatel. To znamená, že stáří se vyznačuje rostoucí rozmanitostí v životním stylu, hodnotách a specifických šancí a výzev. V důsledku těchto změn se stávají prostředky seniorů z hlediska financí, zdravotnictví a sociálních kontaktů také velmi různorodé a rozhodujícím způsobem

ovlivňují jejich osobní prostor pro vlastní samostatnost a aktivní účast na převzetí odpovědnosti za své stáří.

Tento vývoj hraje důležitou roli v současné agendě Evropské unie, v níž se stal jedním z hlavních cílů. Hlavním cílem politiky EU je zajistit solidaritu a nediskriminaci mezi obyvatelstvem EU. Evropský rok 2010 byl vyhlášen rokem „Boje proti chudobě a sociálnímu vyloučení“ (<http://www.2010againstpoverity.eu>, online) a měl dva centrální cíle: uznat základní právo osob žijících v chudobě a sociálním vyloučení, na důstojný a aktivní život ve společnosti, veřejně propagovat a podporovat politiku sociálního začleňování, s důrazem na kolektivní a individuální odpovědnost za boj proti chudobě a sociálnímu vyloučení s podporou všech veřejných a soukromých subjektů.

Podpora sociálního začleňování, zejména prostřednictvím snižování chudoby je také jedním z pěti klíčových oblastí Strategie Evropy 2020 (Evropská komise, 2009). Vyšší riziko chudoby přichází v úvahu u starší populace - ačkoli stáří není synonymem chudoby kdekoli v EU (Hoff, 2008), seniorská populace patří k nejdůležitějším cílovým skupinám strategie Evropy 2020, pokud jde o snížení rizika chudoby a sociálního vyloučení.

Výrazy „vyloučení“ a „začlenění“ byly zavedeny do evropské úrovně v polovině roku 1990. Od té doby tvoří teoretické referenční body, aby se dosáhlo značného pokroku v odstranění chudoby a sociálního vyloučení. K dobrému dosažení tohoto cíle přispěly národní „akční plány“ a společný program koordinovaný na základě „otevřené metody koordinace“, (Evropská komise, 2004) s jednotlivými strategiemi a opatřeními týkající se různých politických oblastí, jako je sociální ochrana, zdravotní péče, vzdělávání, bydlení, mobilita, kultura, sport a volný čas. Vzhledem k množství definic inkluze a exkluze vychází tento projekt z definice EU, která vidí vyloučení jako komplexní a kumulativní proces, jenž je ovlivněn širokou škálou různých faktorů, a to nejen „materiální deprivací“. Podle Evropské komise (2004) vyloučení „*Je proces, při kterém se určité osoby dostali na okraj společnosti a je jim bráněno v plné účasti, dostat se ze své chudoby na základě nedostatku možností a příležitostí k celoživotnímu učení, nebo důsledkem diskriminace. Taková situace je vzdaluje od práce, příjmů a možností vzdělávání a odborné přípravy, jakož i sociální a komunitní sítě a aktivity. Mají omezený přístup k moci a k rozhodovacím orgánům a následkem tohoto se často cítí bezmocní a nemohou převzít kontrolu nad vlastním rozhodnutím, které ovlivňuje jejich každodenní život*“ (Rada Evropy, 1994).

3.1.6 Rizika sociálního vyloučení

Tam, kde je empirický důkaz a stoupající riziko toho, že se starší lidé stanou sociálně vyloučenými díky svému věku a nedostatečnému uplatnění na trhu práce, dochází ke skutečnému sociálnímu vyloučení. Ve stáří postihuje taková situace především velmi staré lidi a mezi nimi především starší ženy. Již v roce 1994 Rada Evropy doporučila všem členským státům, aby přijaly takové politické iniciativy, které by zabránily sociálnímu vyloučení starších lidí tím, že budou podporovat jejich sociální integraci (Rada Evropy, 1994).

V této souvislosti zdůraznila Rada Evropy společnou zodpovědnost všech za sociální stát, rodinu, trh a neziskový sektor. Nicméně vzhledem k tomu, že existuje vysoký stupeň sociální, regionální a kulturní kohorty se specifickou heterogenitou mezi evropskými seniory obyvatelstva, lze předpokládat, že riziko sociálního vyloučení (a to nejen u starších lidí) není rovnoměrně rozloženo ve všech členských státech.

Sociální vyloučení u starších lidí v Evropě je silně závislé na příslušných sociálních režimech, kvantitě a kvalitě stávajících sociálních, zdravotnických a pečovatelských služeb a dalších služeb zaměřených na sociální integraci seniorů (Hoff, 2008).

Výzkumná data ukazují, že sociální vyloučení mezi staršími lidmi je výrazně nižší ve skandinávských zemích než například v nových východoevropských členských státech (Szivós a Giudici, 2004; Ogg, 2005; Jehoel-Gijsbers a Vrooman, 2008). Rozdíly lze najít nejen napříč zeměmi, ale také v nich samotných - při rostoucí společenské různorodosti starších osob jako jeden z hlavních dopadů moderní stárnoucí společnosti (Naegele, 2010).

Důkazy rovněž odhalují, že rizikové faktory pro sociální vyloučení ve stáří se značně liší v celé EU, jak ukazuje řada dalších rozdílů v různých podmínkách, kterým jsou přisuzovány čtyři rozměry s rozhodující významem:

- 1) státní sociální politika
- 2) péče o životní prostředí
- 3) zdravotní stav a délka života
- 4) sociální sítě, rodinný stav a rodinné vazby

ad 1) Její úroveň lze hodnotit s ohledem na typ sociálních režimů a stav sociální politiky – zde jsou zřejmé zřetelné rozdíly mezi členskými státy EU (Ogg, 2005). Při vyhodnocení případových studií, lze zaznamenat empirické důkazy pro korelaci mezi materiálem deprivace a chudobou na jedné straně a sociálního vyloučení ve stáří na straně druhé. Ve všech severských zemích EU a v Nizozemsku lze pozorovat nejnižší podíl sociálního vyloučení. Sociální vyloučení s nejvyšším sociálním vyloučením se vyskytuje u nových členských států EU (Jehoel-Gijsbers a Vrooman 2008, Hoff, 2008).

ad 2) Faktory životního prostředí mohou mít také vliv na míru sociálního vyloučení. To se týká zejména starších lidí. Na jedné straně, v západních členských státech, může být život v městských oblastech rizikovým faktorem pro sociální vyloučení a na straně druhé? Omezená mobilita může rovněž vést k sociálnímu vyloučení (Evropská komise, 2010).

ad. 3) Zdá se, že sociální vyloučení ve stáří velmi úzce souvisí s vysokým věkem částečně kvůli silné korelaci mezi pokročilým věkem a chronickým onemocněním (Spolkové ministerstvo pro rodinu, seniory, ženy a mládež (BMFSFJ), 2006). I v případě, že se v celku život dožití v EU za posledních 50 let zvýšil, je rozdíl ve všech členských státech významný.

ad 4) Rodinný stav a rodinné vztahy silně ovlivňují riziko sociálního vyloučení, a to zejména u starších žen hlavně v případě ovdovění a rozvodu (Hoff, 2008). V celku jsou starší lidé nejméně vyloučeni ze společnosti (osoby ve věku 55 let a výše, podle Jehoel-Gijsbers a Vrooman, 2008) v Severských zemích a v Nizozemsku, (včetně Německa) a anglosaských zemích, následováni jsou poté zeměmi Středomoří. Ve východní Evropě je sociální vyloučení starších lidí nejvýraznější zejména v Pobaltí a Polsku. Česká republika a Slovinsko jsou ihned na druhém místě a mají podobné údaje jako Španělsko a Itálie (Jehoel-Gijsbers a Vrooman, 2008).

Při hledání opatření na podporu sociálního začlenění starší populace, věnuje politika EU zvláštní pozornost dobrovolnictví. V rámci Evropského roku dobrovolnictví v roce 2011 chce EU „podporovat a podpořit úsilí Společenství členských států - zejména prostřednictvím výměny zkušeností a osvědčených postupů, místní a regionální orgány, aby vytvořily podmínky pro občanskou společnost přispívající k dobrovolnictví v Evropské unii, a ke zviditelnění dobrovolných činností v EU“ (Evropská komise, 2009).

Hlavním cílem bylo vytvoření vhodných obecných podmínek pro dobrovolnou práci, za důležitou součást občanské participace stejně jako posílení dobrovolnických organizací. To je zvláště důležité pro dobrovolnictví ve stáří. Kromě toho je kvalita dobrovolnictví považován také za hlavní výzvu. Další důležitou otázkou, kterou se (EU) zabývala v rámci Evropského roku dobrovolnictví, bylo zvýšení povědomí o tom, jak důležité je dobrovolnictví pro rozvoj sociální soudržnosti.

V (EU) jsou značné rozdíly v kulturních a historických otázkách v dobrovolnictví (u všech věkových kategorií), které jsou hluboce zakořeněné. Zatímco některé země (například ve Spojeném království (UK) a Nizozemsku) mají dlouhou tradici v dobrovolnictví a silný dobrovolný sektor, v jiných zemích je dobrovolnický sektor stále málo rozvinutý (např. Bulharsko, Řecko a Rumunsko).

Přestože neexistuje v celé EU jednotná definice dobrovolnictví, k rozlišování mezi „formálním“ a „neformálním“ dobrovolnictvím (Hank, 2005) se používají téměř ve všech členských státech jeho různé formy a liší se způsoby zapojení do organizované svépomoci dobrovolnických aktivit. Samotné projekty se výslovně zaměřují na formální dobrovolnictví typicky probíhající v organizačním rámci skupin nebo organizací - například spojené s místními úřady, kostely.

Rozsah a význam organizované dobrovolné práce v různých společnostech se zdá být v souladu se silným ekonomickým vývojem a dlouhou demokratickou tradicí, které mají pozitivní vliv na neziskový sektor. Naproti tomu původní komunistické země mají zaostalý organizovaný dobrovolný sektor (GHK, 2010). Navíc všeobecně dobré sociální podmínky mají vliv na připravenost seniorů tak, aby měla jejich dobrovolná práce společenský smysl.

V zemích, v nichž jsou velmi výrazné institucionální podmínky a struktury příležitostí pro dobrovolnou práci (jako ve Skandinávii), je pravděpodobnost, že se jednotlivci zapojí a prodlouží si dobrovolnou činností podstatně delší produktivní věk ve svém životě (Hank a Erlinghagen, 2008).

Vysoký stupeň náboženské a politické svobody a velký objem veřejných výdajů na sociální služby také favorizují dobrovolnictví seniorů v sociální práci.

V další diferenciaci lze zejména uvést různé typy sociálních režimů jako faktory ovlivňující rozsah a organizaci formálního dobrovolnictví nejen u starších osob, ale pro všechny věkové skupiny obecně.

Zdá se, že dostupnost finančních prostředků a dalších zdrojů je jedním ze slibných předpokladů. To platí zejména u skandinávských zemí (GHK, 2010).

Některé členské státy EU registrují zájem o dobrovolnictví v posledních několika letech, nejpozoruhodnější nárůst zaznamenali v Belgii, Dánsku, Německu a Španělsku.

Údaje z průzkumu zdraví, stárnutí a odchodu do důchodu v Evropě potvrzují, že zatímco Nizozemsko, Dánsko a Švédsko vykazují nejvyšší míru účasti mezi staršími lidmi v dobrovolnické činnosti, ve středomořských zemích (Itálii, Řecku a Španělsku) jsou hodnoty z průzkumu výrazně pod průměrnou hodnotou. Německo, Francie a Švýcarsko zabírají střední polohy (Hank a Erlinghagen, 2008 a 2010).

Téměř ve všech zemích EU lze pozorovat pozitivní korelaci mezi úrovní vzdělání a dobrovolnictvím (GHK, 2010; Evropská komise, 2007).

Dokonce, i když jsou jen nepatrné rozdíly v závislosti na věkové skupině (věku 50 - 64 a 65 - 79 let), mohou sdílená data potvrzovat, že od 75. roku pravděpodobnost zapojení do dobrovolné práce prudce klesá. Všechna zjištění ukazují, že u starších osob ohrožených sociálním vyloučením je méně pravděpodobné jejich zapojení do dobrovolnických aktivit (Hank, 2005).

Existují empirické důkazy ve všech členských státech EU, že zapojení seniorského potenciálu, a to zejména osob ohrožených sociálním vyloučením, nebylo v žádném případě plně využito. Aby se zvýšila jejich účast na dobrovolné aktivitě, je proto nutné vyvinout cílené strategie, které přispívají ke zlepšení obecných podmínek dobrovolnictví. Význam dobrovolné práce starších lidí a rozvoj sociální solidarity byl již zdůrazněn v roce 1997 v prohlášení o 38 dobrovolných službách, které bylo připojeno k závěrečnému aktu z Amsterodamské smlouvy. Usiluje o opatření pro sociální začlenění seniorů v projektech.

I když je zřejmé, že dobrovolnictví seniorů není dosud věnována taková pozornost, což je odůvodňováno s ohledem na vývoj demografických změn, společně s otázkou, jak se může takový potenciál využít. Je zřejmé, že členské státy mají již rozmanité národní, regionální, místní iniciativy a projekty na kvalitní úrovni. Evropská komise oznámila, že bude v rámci svých pravomocí podporovat členské státy v jejich úsilí a podporovat dobrovolnou práci seniorů v sociální práci a posílení mezigenerační solidarity.

Základním předpokladem k „opatření pro sociální začlenění seniorů“ v projektu je, že dobrovolnictví seniorů může být nástrojem v boji proti sociálnímu vyloučení, a tím lze podpořit i sociální začlenění starší populace (Ústav pro Dobrovolnictví, 2004), jakož i sociální soudržnost a kvalitu života u všech generací (Greenfield a Marks, 2004).

Hlavním cílem projektu je identifikovat opatření (jakož i podporující faktory), které podporují cíl sociálního zařazení pro seniory. Tato zpráva je v I. etapě projektu, který pokrývá pět zemí: Dánsko, Německo, Itálii, Nizozemsko a Polsko, a je zaměřena na iniciativy, které jsou zaměřeny především na formální dobrovolnou práci, zejména na úrovni komunitních projektů, identifikují možné faktory a překážky s cílem vytvořit doporučení pro zlepšení těchto opatření.

Přítom projekt vede k tomu, že koncept dobrovolnictví je velmi mnohostranný a heterogenní a že neexistuje žádná jednotná definice. Aby bylo možné projekt v dobrovolnické práci definovat přesněji, stal se předmětem výzkumu a v konečné fázi byl rozlišen na „formální“ a „neformální“ dobrovolnou práci. Formální dobrovolná práce je spojena s organizací, mimo soukromého domova nebo mimo rodinu, jako je klub anebo sdružení.

Neformální dobrovolná práce vyžaduje, například: formu svépomoci, podporu v rámci rodiny nebo pomoc sousedů (Hank, 2005).

Nicméně, samotný projekt se výslovně zaměřuje na formální dobrovolnictví typicky spojené s organizací a přínosem pro komunitu dobrovolníků bez ohledu na finanční prospěch. Ačkoliv dobrovolnictví je velmi často chápáno jako podtyp občanské angažovanosti, v tomto projektu tomu tak není. Občanská angažovanost přesahuje rámec formálního dobrovolnictví a je tak v tomto projektu také pojata.

Dobrovolnictví může být vykládáno jako prvek občanské společnosti, která je postavena principiálně na politické nebo společenské sebe-organizaci a je připravena podílet se na společenských a politických aktivitách, především na místní úrovni – například v politických stranách, akčních výborech občanů nebo jiných typech politické účasti nebo v jiném zastoupení a samostatných organizacích. Tento projekt je zaměřen na dobrovolnictví ve stáří, jenž je primárně zaměřen na jednotlivce nebo skupiny (velmi často společensky znevýhodněné), a tím přispívá k sociální solidaritě. V tomto smyslu má dobrovolnictví přínos i pro ostatní samostatné dobrovolníky.

3.2 Dobrovolnictví seniorů v ČR

Přítomnost seniorů dobrovolníků v sociální práci spojené s aktivním zapojením seniorů v komunitních centrech se stává stále oblíbenější. Projektů zaměřených na společné setkávání seniorů anebo aktivní dobrovolnickou činnost v domovech seniorů, v nichž mohou senioři-dobrovolníci působit jako společníci pro klienty domova, vyslechnout jejich všední starosti a trápení, anebo naopak, má-li klient zájem sdělit mu

novinky ze svého města nebo si jen jednoduše promluvit o tom, jaké bude počasí. Vždyť právě senioři-dobrovolníci mají i přes mnohdy značný věkový rozdíl ke klientům v domovech seniorů nejbliže.

Mnoho seniorů-dobrovolníků vykonává již plnohodnotnou práci v naší společnosti v klubech seniorů, Centrech volnočasových aktivit, knihovnách a různých městských a obecních spolcích. Jedná se o neziskové organizace financované z příspěvků obecních a městských úřadů nebo na základě vyhlášených grantů. V některých obcích svoji činnost stále udržují bývalé sdružení zdravotně a tělesně postižených, která sdružují seniorskou populaci v té dané obci. Takové spolky bývají často se svojí činností velmi aktivní. Pro své členy organizují pobytové rehabilitační zájezdy, přednášky, kulturní vystoupení, zdravotní poradenství, ale v rámci své dobrovolné činnosti poskytují její členové i takové sociální služby, jako je pomoc v domácnosti členům, ale i nečlenům, kteří již nejsou schopni ze zdravotních důvodů svoji domácnost obstarat. Senioři-dobrovolníci zajišťují donášku obědů a jiné drobné pochůzky.

Takové dobrovolnické služby v rámci své vlastní sociální péče zajišťují organizace sdružující seniory v menších městech a obcích. V knihovnách, klubech i jiných společenských prostorech se setkávají senioři, které sdružuje stejný zájem, a ti pak organizují např. společné pěší výlety, kurzy háčkování, pletení či tematické zájezdy. Senioři-dobrovolníci často připravují aktivizační programy, a to nejen pro seniory. V tomto prostředí se osamělá seniorská populace cítí velice dobře (nejedná-li se však o uzavřeného jedince). Takový senior má možnost např. v knihovně posedět, přečíst si denní tisk, ale, a to je hlavním důvodem, pozorovat dění kolem sebe: děti, mládež, dívky, chlapce, mladé páry a ostatní seniorskou populaci a neztrácet tak kontakt se současnou sociální realitou.

Jednou z nejlépe organizovaných pro seniorských organizací, která angažuje seniory dobrovolníky do sociální práce je občanské sdružení *Život 90*. Tato organizace prostřednictvím své činnosti přispívá k řešení seniorské problematiky a umožňuje seniorské populaci žít v co nejdélším čase aktivním a smysluplným životem v domácím prostředí. *Život 90* pro seniory zajišťuje široký výběr služeb (informační a poradenské centrum, senior telefon a další odborné poradenství, akademii pro seniory, tísňovou péči, pečovatelskou službu, domácí péči, vydává časopis *Generace seniorů*, zajišťuje pro ně dopravu a půjčovnu kompenzačních pomůcek atd.). V současné době sdružuje

tato organizace 120 seniorů-dobrovolníků, kteří pomáhají v pravidelných intervalech a 60 dobrovolníků činných při jednorázových akcích. Z toho 85-90% dobrovolníků tvoří právě senioři ve věku 65-90 let.

Nejvíce zastoupeni jsou senioři ve věku 65 - 75 let. Senioři-dobrovolníci působí ve značné míře v akademii seniorů jako instruktoři a lektori v zájmových kurzech (pohybových, jazykových výtvarných atd.), vedou společenské kluby nebo zajišťují odborné přednášky na různá témata.

Dobrovolníci senioři docházejí pravidelně na „přátelské návštěvy“ do domácností, kde zastávají činnosti jako společníci, předčítají denní tisk a knihy, doprovázejí klienty k lékaři nebo na kulturní a společenské akce.

Někteří dobrovolníci aktivně zajišťují organizační a administrativní práce spojené s činností organizace. Podílejí se na další distribuci zpravodaje, jsou důležitými pomocníky při různých kulturních akcích (například působí jako informátoři, trhají lístky v divadle, pomáhají v šatnách, i když se mnohdy nejedná jen o sociální práci), každoročně se s oblibou podílejí na akci „Vánoční projížďka Prahou“, při níž působí jako zkušení průvodci, pomáhají při tematických veletrzích v rámci oblíbených „Dnů seniorů“ nebo při vzdělávací akci „Internet pro každého seniora“. Senioři-dobrovolníci jsou také zapojeni do evropských projektů: jako je projekt „Teaming-up“ (evropský program zaměřený na výměnu dobrovolníků z Evropy) a do projektu „Travel agence“, jehož primárním cílem je zpřístupnit a usnadnit všem seniorům cestování starších lidí po Evropě. Projekt spočívá ve vyškolení dobrovolných průvodců z řad seniorů a vydání srozumitelného cestovního průvodce v 10 jazycích (Výroční zpráva, Život 90, 2005; Barbora Horskáková, 2007).

- Domov důchodců Sue Ryder je na pomoci seniorů-dobrovolníků v některých oblastech natolik závislý, že by bez jejich dobrovolné práce mohl svoji činnost nadále velice obtížně provozovat. Podle Friče a kol. (2001) se jedná o takovou formu dobrovolnictví, kdy „senioři dobrovolníci vykonávají takové činnosti, které jsou součástí programu organizace“. Senioři v rámci své dobrovolné práce pomáhají jako asistenti v denním centru pod vedením ergoterapeutů a sami se podílejí na realizaci aktivizačních cvičení, jako je například trénování paměti, kondiční a relaxační cvičení, výtvarné tvoření, nácvik denních činností v rámci porehabilitačního cvičení, muzikoterapie atd., a jsou zároveň součástí přípravného týmu. Doprovázejí klienty

denního centra do místa jejich bydliště, ale zároveň působí jako společníci klientů na lůžkových odděleních v nemocnicích nebo jako podpůrní asistenti při výletech a exkurzích.

V rámci rehabilitace, a tady se zapojují zejména ženy, jsou schopni provádět ošetřování pleti, dekoltu a šíje, muži působí jako společníci v domácnostech klientů, zajišťují dohromady s ženami chod dobročinných občůdků, jsou informátory na recepcích a společenských akcích, pomáhají s administrativními úkony v komunitním centru při organizování a realizaci různých společenskozábavných akcí (vybírají vstupné a trhají lístky), jsou aktivními v zajišťování finančních prostředků, ale působí také jako lektoři na Akademiích třetího věku, v rámci níž jsou organizovány přednášky, které jsou vždy tematicky zaměřené. Součástí akademie jsou zajímavé besedy, tematické diskuse a studijní kroužky, které jsou vedeny především lektory z řad seniorů-dobrovolníků. Ti se tak mají možnost touto formou realizovat a předávat své mnohdy bohaté zkušenosti nejen seniorům, ale i studentům. Jedná se zejména o jazykové a počítačové kurzy (Sue Ryder, 2007).

- Seniorservis Ostrava, je realizátorem projektu „Senioři dobrovolníci - společníci osamělých seniorů“. V rámci tohoto projektu navštěvují senioři dobrovolníci osamělé a postižené seniory a pomáhají jim prostřednictvím rozhovoru, komunikace (povídají si s nimi), telefonického kontaktu a obstarání drobných služeb, jako je vyřizování drobných osobních záležitostí, předčítání knih, novin a časopisů, psaní korespondence, doprovod k lékaři, chodí společně na procházky apod. Senioři-dobrovolníci docházejí průměrně jednou týdně do domácnosti klientů - seniorů, do seniorských domovů, domovů s pečovatelskou službou, ale také do nemocnice (Seniorservis, 2007).

- Senior, o.s., Ústí nad Labem je sdružení zajišťující služby denního centra (DC), které jsou určené pro osamělé nebo zdravotně postižené seniory, seniorům s poruchami kognitivních funkcí a zejména klientům s Alzheimerovou chorobou, ale i dalším klientům. DC poskytuje také pomoc pro rodinné pečovatele, příbuzné a přátelé těchto seniorů formou respitní péče a odborné poradenství. Posláním DC je umožnit co největšímu množství seniorů žít i v seniorském věku ve vlastních domácnostech, nebo alespoň na čas oddálit jejich institucionalizaci. Pro ty seniory, kteří se cítí osamělí, ale relativně v dobré kondici a hledají aktivní naplnění ve svém seniorském věku, nabízí centrum různé aktivizační a společensko-kulturní programy, jako jsou například:

kavárnička pro seniory, různé tematické přednášky, trénink paměťových schopností atd. Denní centrum spolupracuje se seniory-dobrovolníky a Dobrovolnickým centrem v Ústí nad Labem. Senioři-dobrovolníci tak působí v roli společníků nebo pomáhají s přípravou a realizací programů pro klienty centra. (Senior, o. s., 2007).

- Projektový záměr „Obdivuhodní senioři“, jehož cílem je „změnit alespoň částečně postoje společnosti k seniorské populaci, usnadnit přístup seniorů k informacím, dalšímu vzdělávání, kvalitnější mezilidské komunikaci a podpořit aktivní život seniorů v jejich seniorském věku“ (Obdivuhodní senioři, 2005, s. 6). Projekt byl realizován v Ústeckém a Libereckém kraji a byl z velké míry podpořen programem Evropské unie - Phare 2002 - s názvem: Podpora aktivního života seniorů. Partnery celého projektu se stali Senior, o. s. v Ústí nad Labem a Regionální dobrovolnické centrum JEŠTĚD v Liberci. Projekt měl za cíl vzbudit diskusi o nevyužitém potenciálu seniorské populace v oblasti sociální práce a ukázat, že je velkým zdrojem životních znalostí a zkušeností. Další cíl projektu byl zaměřen na přípravu vhodných podmínek pro vznik nových Rad a spolků seniorů a získání datových informací pro vznik a rozvoj dalších navazujících projektových záměrů, komunitních plánů a kvalitní péče a služeb pro seniory. V rámci projektu proběhlo mnoho aktivit. Hlavní aktivitou se stala snaha získat pro spolupráci dobrovolníky z řad seniorů a vytvořit tak seniorský dobrovolnický tým. Tito dobrovolníci prošli odborným specializovaným výcvikem. Tento tým spolupracoval na přípravě, realizaci a celkovém vyhodnocení dotazníkového průzkumu s tématem života seniorů v naší společnosti za pomoci sociologa. Dotazníkové šetření bylo zaměřeno na seniory a širokou veřejnost. Dalším úkolem dobrovolnického týmu bylo zrealizovat několik konkrétních aktivit pro seniory. V Liberci a Ústí nad Labem proběhly různé tematické přednášky týkající se zdraví a bezpečného života seniorů. Tým seniorů-dobrovolníků se nemalou měrou podílel na sestavení adresáře všech seniorských klubů, zájmových skupin a jiných organizací. Přispěli také ke vzniku Rady seniorů.

- Regionální dobrovolnické centrum JEŠTĚD, o.s. v rámci tohoto projektu zahájilo v Liberci Kurzy trénování a posilování paměťových schopností pro seniory (Obdivuhodní senioři, 2005). Regionální dobrovolnické centrum JEŠTĚD, o.s. - realizuje pro seniory dobrovolníky program „Dobrovolníci v nemocnici“. Dobrovolníci docházejí pravidelně 1x -2x týdně do domovů pro seniory, domovů s pečovatelskou

službou nebo do nemocnice jako společníci. S klienty a pacienty si povídají, doprovázejí je na procházky, předčítají jim jejich oblíbené knihy, časopisy nebo denní tisk, sami vedou různé zájmové aktivity (kroužek vyšívání, jazykový kroužek, kroužek keramiky atd.) nebo aktivně pomáhají při organizaci kulturních akcí. Senioři-dobrovolníci představují velmi spolehlivý zdroj pomoci v oblasti sociální práce. Jejich pomoc je významná především v roli společníků.

- **Senioři v projektech typu hodinová babička, dědeček**

Je službou, která vznikla v zahraničí, kde se stala běžnou záležitostí a odtud se dostala i k nám do České republiky. Pomalu se rozšiřuje do měst i menších obcí. Renomovaných agentur, institucí, spolků a klubů zabývajících se touto činností neustále přibývá.

V současnosti zažívají projekty typu adoptivních babiček obrovský boom, nejvíce v rodinách s malými dětmi. I když taková dobrovolnická činnost seniorů nepatří do okruhu sociální práce, příklady této seniorské práce zde uvádím jako příklad dobré aktivity seniorů-dobrovolníků.

Mladí rodiče (nebo osamělý rodič) se kvůli své ekonomické situaci a pro vylepšení finančního rozpočtu rodiny potřebují vrátit do zaměstnání, a i když jsou jejich děti umístěny ve školkách nebo jiných institucích, potřebují pomoc:

- s vyzvednutím či voděním dětí do vzdělávacích institucí
- se zajištěním přepravy na a ze zájmových kroužků a ostatních aktivit
- při doprovodu dětí na lékařské vyšetření
- s hlídáním a péčí v době jejich domácí nemoci
- v době souběžných pracovních povinností rodičů (v době kdy jsou oba rodiče v zaměstnání)
- večer nebo o víkendu

Adoptivní babičky a dědečky využívají zejména ti rodiče, kteří nemají své biologické rodiče ve své blízkosti, kvůli vzdálenosti jejich bydliště, jejich úmrtí a prodlužování odchodu pracujících do důchodů a s tím související delší i vyšší zaměstnaností prarodičů, která jim brání vnoučatům věnovat více času. Mladé rodiny a samoživitelé hledají alternativu, která by jim pomohla. Tou může skutečně být

adoptivní babička nebo dědeček. Poptávka po nich roste, což potvrzují nejen agentury, které jejich služby nabízejí za úplatu, ale i mnohá seniorská sdružení a kluby, které takovou činnost pojmají jako aktivní vyplnění volného času seniorů s vizí, že ještě mohou být někomu prospěšní v období podzimu svého života.

V současnosti nacházíme tento nový fenomén v inzerci, a to jak v inzertní poptávce, tak i v nabídce služeb. Přibývá zejména inzerátů žen, které činnost adoptivních babiček nabízejí, stejně jako inzerátů mladých rodin nebo single rodičů, kteří adoptivní babičku hledají. Cena takové služby se pohybuje od 40 do 60 Kč za hodinu, anebo je smluvní. Některé adoptivní babičky poskytují takovou službu bezplatně. V případě dlouhodobého využití služeb babiček je konečná cena za víkend, týden či měsíc upravena dle dohody a je jiná, přesněji nižší, než běžná hodinová sazba.

V konečném důsledku je taková činnost oboustranně prospěšná: rodiny získají pevnou oporu a kvalitní pomoc v krizových situacích s dětmi, adoptivní babičky získají novou životní náplň anebo si přivydělají. Službu nabízejí tyto organizace:

- Agentura Adoptujte babičku
 - Centrum hlídání dětí
 - Elpida
 - Veselý senior
 - Seniorum.cz aj.
- **Senioři dobrovolníci v mateřské školce Závodu Míru v Pardubicích**

Mateřské školy v Pardubicích hledají na výpomoc s dětmi další seniory-dobrovolníky. Zkušenosti s jejich péčí o malé děti už mají. Projekt seniorské pomoci tady existuje v činnosti třetím rokem a spokojenost je na všech stranách.

Senioři dobrovolně pomáhají v devíti ze 30 pardubických mateřských škol. Seniorů-dobrovolníků je však zapotřebí více. Ideální dobou k začátku dobrovolné práce je začátek školního roku. Na začátku školního roku je veden se všemi zájemci vstupní pohovor, během něhož se zjišťuje nejen jejich motivace, ale i osobnostní předpoklady k této činnosti. Senioři mají možnost si práci předem vyzkoušet. Každý zájemce musí doložit výpis z rejstříku trestů a zdravotní doporučení a v konečné fázi projít krátkým zaškolením. Dětem z mateřské školy Závodu Míru v Pardubicích čtou senioři-

dobrovolníci pohádky, hrají s nimi společenské hry, pomáhají jim s oblékáním a chodí s nimi ven na vycházky. To vše dělají zdarma.

V každé třídě je 26 dětí. Dědečků bývá málo a babičku ze školky si děti rychle přivlastní. Senioři třídy nestřídají. Jak často a na jak dlouho za dětmi chodí, záleží jen na nich. Školky by rády do této aktivity zapojili i dědečky, ale mají zatím pouze jednoho a je všeobecně škoda, že mužský element ve školce chybí.

- *Vzhledem k vývoji současné politiky vyvstává otázka, jestli nevrátit sociální práci do prostředí vzdělávací školské soustavy, např. ve školách s SPU. Senioři by tak získali další možnost pro svou angažovanost v dobrovolnické činnosti.*

Příklady pozitivní činnosti seniorů dobrovolníků v edukačním prostředí české školní soustavy jsou uvedeny v Příloze č. 5.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4. Výzkumný cíl

Cílem výzkumného šetření je objasnit, jak dobrovolná činnost seniorů-dobrovolníků může ovlivnit jejich život v seniorském věku.

Pro účely této rigorózní práce a jejího výzkumného šetření je vymezen pojem seniorský věk, jehož charakteristické aspekty jsou popsány v teoretické části práce. V celkové šíři zahrnuje jedincovy celoživotní zkušenosti, názory, hodnoty a postoje společně s jeho prožíváním sociálních situací a vším, co ho v této problematice obklopuje. Život v seniorském věku je svou povahou dynamický. Jedinec je ovlivňován okolním světem, jehož je nedílnou součástí. Proces celkové proměny seniorského věku však leží v rukou každého jedince, který má možnost svůj život sám utvářet.

Základní výzkumné otázky:

1) *Jaké hodnoty přináší seniorům dobrovolnictví v sociální práci v oblasti prohloubení sociálních kontaktů, fyziologických změn, psychologického rozvoje, duchovního rozvoje a celému jejich životu v období seniorského věku?*

2) *Jaké dopady má na seniory dobrovolnická práce v jejich seniorském věku?*

4.1 Strategie výzkumu

Ve výzkumu jsou dotazovaní respondenti považováni za specialisty na vlastní život v seniorském věku, výzkum je zaměřen na jejich pocity, prožitky, názory, hodnoty a na jejich vlastní vnímání, prožívání a hodnocení osobní sociální situace, v níž se nacházejí a prostřednictvím které se snaží tento výzkum jejich světu porozumět. Pro výzkum bylo zvoleno dotazníkové šetření v kombinaci s dotazováním formou polostrukturovaných rozhovorů na základě důkladnějšího porozumění seniorského chápání či prožívání.

Ve výzkumu bylo využito 2 fázového šetření:

1. fáze: *dotazník pro mapování názorů dotazovaných seniorů: výzkumné šetření z oblasti fyziologické, psychologické, sociální a duchovní*

2. fáze: *mapování názorů: polostrukturované hloubkové rozhovory se seniory dobrovolníky v sociální práci, jejich klienty a rodinnými příslušníky*

Při podrobném zpracování kapitoly Dobrovolnictví v EU, které bylo zpracováno ze zahraničních zdrojů, jsou v teoretické části práce její součástí také případové studie uvedené v Příloze č. 1. a zejména zpracované závěrečné výstupy a doporučení, jež záměrně uvádím v závěru této práce.

4.2 Metodologie sběru informací

Pro výzkumné šetření bylo v první fázi výzkumu využito dotazníkové šetření, ve kterém 10 seniorů-dobrovolníků vyplňovalo předem připravený dotazník jednoduchým označením odpovědi ano, nebo ne. Ve druhé fázi výzkumu proběhly polostrukturované hloubkové rozhovory vedené podle připravené osnovy (seznamu otázek), otázky byly kladeny jednotlivým dotazovaným respondentům. Respondenti své odpovědi často rozvíjeli (jedno téma či vzpomínka). Do vyprávění seniorů, jejich klientů a rodinných příslušníků nebylo zasahováno, aby nebyly narušeny jejich myšlenky a měli dostatečný prostor pro vyjádření názorů či emocí. Zajímavým prvkem výzkumných rozhovorů byly přestávky, během nichž byly získány další cenné informace, které se nepřímo zkoumané tematiky netýkaly. V průběhu respondentova vyprávění byly pokládány navazující otázky. Z těchto důvodů bylo během rozhovorů často pořadí otázek flexibilně měněno, bylo mezi nimi přecházeno a jednotlivé otázky byly doplňovány otázkami dalšími.

V první fázi dotazníkového šetření probíhal výzkum s 10 seniory-dobrovolníky v sociální práci.

Ve druhé fázi výzkumu prováděného na základě polostrukturovaných hloubkových rozhovorů byli pro kvalitnější výzkumné šetření a porozumění zkoumaného tématu osloveni respondenti ze 3 skupin:

- 1. hlavní skupinou dotazovaných respondentů se stali senioři dobrovolníci v sociální práci*
- 2. skupinou se stali klienti, kteří služeb seniorů dobrovolníků využívali*
- 3. skupinou byli rodinní příslušníci seniorů dobrovolníků*

4.3 Vzorek výzkumu

Při vyhledávání seniorů-dobrovolníků bylo osloveno několik zařízení a organizací, zabývajících se a využívajících dobrovolnické práce seniorů dobrovolníků, v Praze a Příbramském kraji.

Jen některé z oslovených zařízení bylo ochotno poskytnout kontakty na dobrovolníky z řad seniorů. S průzkumem souhlasily tři občanské společnosti a jedna obecně prospěšná společnost, každá v jiném městě. Některé konkrétní názvy zařízení nejsou uváděny z důvodu zákonem stanovené anonymity účastníků výzkumu. S dovořením uvádím Domov seniorů Pod hrází v Milíně a Domov seniorů v Rožmitále pod Třemšínem, kde byla nejlepší možnost se seniory dobrovolníky ve značné míře spolupracovat. Jejich prostřednictvím bylo získáno dvanáct kontaktů na seniory-dobrovolníky, z nichž bylo dále vybráno deset dobrovolníků. Tito dobrovolníci byli telefonicky požádáni o rozhovor s vysvětlením toho, za jakým účelem bude rozhovor probíhat a k čemu bude sloužit.

Výzkumný vzorek tvořilo 10 seniorů-dobrovolníků, osm žen a dva muži, ve věkovém rozmezí 62 – 88 let. I když jsem nenaplnil ideální disproporce pro dotazování respondentů, zjištěné hodnoty přispějí ke kvalitnímu objasnění výše uvedených otázek a hodnot, které dobrovolnictví v sociální práci seniorům přináší.

Kritéria výběru seniorů dobrovolníků:

- účastník výzkumu musí být senior (*základní předpoklad pro výzkumné šetření této práce*)
- pravidelně se věnují dobrovolné činnosti (*senioři musí být pro kvalitní výzkumné šetření aktivními dobrovolníky v dobrovolnictví v sociální práci*)
- alespoň 1 rok trvá jeho dobrovolnictví (*pro tento výzkum je důležitá praktická zkušenost s dobrovolnictvím*)

Tato kritéria byla stanovena pro výzkum pro co nejvyšší validitu výzkumného šetření.

Výběr účastníků výzkumu byl z důvodu podrobného výzkumu záměrný. Z celkové oblasti dobrovolnictví seniorů v sociální práci, ve které účastníci výzkumu svoji dobrovolnou činnost vykonávají, jsou zastoupeny 4 seniorky-dobrovolnice, které se věnují dobrovolnictví v Domově seniorů a pomáhají s péčí o tamní klienty.

Další 2 seniorky pracují jako dobrovolnice v neziskové organizaci pro seniory se zdravotním postižením jako domácí asistentky. V LDN pracuje jako dobrovolník 1 dotazovaný senior dobrovolník.

Další dotazovaný **muž** senior-dobrovolník vykonává svoji dobrovolnou činnost v neziskové organizaci sdružující mentálně handicapovanou mládež s názvem „Už ti rozumím“ jako asistent a pracuje jako aktivizační pracovník při jejich schůzkách. V neziskové organizaci, spolku tělesně postižených, pracují další 2 seniorky-dobrovolnice jako asistentky pro sluchově postižené seniory.

U účastníků výzkumu byla garantována anonymita, změněna jména osob, názvy míst či měst. Vzhledem k velikosti vzorku nelze výzkumné závěry zobecňovat na celou populaci.

4.4 Popis výzkumného šetření

Rozhovory s devíti respondenty (seniory-dobrovolníky) probíhaly ve smluveném čase v jejich domácnosti, desátá respondentka se přiklonila k setkání ve veřejném prostoru. Dále bude používán pojem „respondent nebo respondentka“, v tomto označení půjde vždy o seniora-dobrovolníka.

Před každým započítím rozhovoru, byl od každé respondentky a respondenta vyžádán souhlas ke zprostředkování rozhovoru. Každému z respondentů bylo vysvětleno, že rozhovor bude sloužit pro zpracování rigorózní práce, veškeré údaje budou anonymní, stejně tak jména, místa a města budou změněna tak, aby nemohlo dojít k identifikaci.

Byl objasněn postup rozhovoru a jeho cíl, tj. dozvědět se jejich zkušenosti, zároveň byli ubezpečeni, že žádná odpověď není špatná. Se souhlasem všech dotazovaných byly rozhovory zaznamenávány na MP3 přehrávač. Respondentky s hlasovým záznamem souhlasily. Rozhovory byly následně doslovně přepsány. Obsahují jak slangové výrazy, tak i obecný dialekt. Po transkripci byly záznamy smazány.

Všechny rozhovory probíhaly v přátelském duchu, bez napětí, v uvolněné a příjemné atmosféře, v časovém rozmezí 60 – 120 min.

Ve výzkumu v polostrukturovaných rozhovorech bylo pracováno se 3 skupinami respondentů z odlišných perspektiv, kdy perspektiva seniora-dobrovolníka pracujícího

v sociální práci byla zpracována a následně v rozhovoru kombinována s perspektivou jeho klienta a člena rodiny, současně v rozhovoru s pozorováním jejich vzájemné interakce mezi seniorem-dobrovolníkem a klientem.

Další 4 rozhovory probíhaly s osobami, u kterých se respondenti věnují dlouhodobě dobrovolné činnosti. Tyto osoby jsou v dalším textu nazývány „klienty“. Dvě respondentky se při své dobrovolné činnosti dlouhodobě věnují jednotlivcům, v tomto případě byl výběr klienta, se kterým byl veden rozhovor, zřejmý.

Další dvě dotazované respondentky naopak pracují se skupinou klientů. Ze skupiny byl na základě doporučení od respondentek vybrán vždy jeden klient, který byl ochoten zúčastnit se výzkumného rozhovoru. Všechny rozhovory probíhaly v domácnostech klientů, nebo v rámci zařízení, v němž trvale žijí, v časovém rozpětí 45 – 75 minut.

Senioři-dobrovolníci s uskutečněním rozhovoru se svými klienty souhlasili a aktivně se podíleli na organizaci těchto setkání. Samotného rozhovoru se však neúčastnili.

K rozhovorům s klienty PB a MS je třeba dodat, že se jedná o osoby s mentálním postižením. Tomu bylo také přizpůsobeno znění otázek a vedení celého rozhovoru.

U dotazovaných respondentek, které pracují se skupinou klientů, bylo použito již zmíněné zúčastněné pozorování. Takové pozorování bylo použito i u respondentky věnující se dětem v předškolním věku. Respondentky se zúčastněným pozorováním souhlasily, před každým pozorováním byl také vyžádán souhlas od zařízení, do něhož respondentky docházejí. Zúčastněné pozorování probíhalo po celou dobu respondentčiny práce s klienty, přibližně 80 minut. Po dohodě jsem byl klientům respondentkami představen a ty jim vysvětlily, proč a za jakým účelem jsem je navštívil.

V rozhovorech s dotazovanými respondentkami se objevovala také otázka rodiny, proto do výzkumu byli zařazeni taktéž členové rodiny. Byly vedeny celkem 3 rozhovory se členy rodiny dotazovaných respondentek. V každém z rozhovorů se vždy jednalo o jiný příbuzenský vztah (vnučka, syn, manžel). Vždy se jednalo o osoby, které se nejčastěji objevovaly v rozhovorech s respondentkami, a ke kterým mají dotazované respondentky velmi blízký vztah.

Respondentky souhlasily, že rozhovory s jejich rodinnými příslušníky budou uskutečněny v jejich vlastních domácnostech, a to bez jejich přímé účasti. Rozhovory se konaly přibližně 35 – 45 minut.

Od klientů a členů rodiny byl vyžádán poučený souhlas a rozhovory byly podle předem připravených otázek nahrávány na MP3 přehrávač. (Otázky jsou uvedeny v Příloze č. 2. Osnova polostrukturovaného rozhovoru pro seniory-dobrovolníky).

4.5 První fáze, výzkumného šetření, dotazník

Pro vypracování první fáze výzkumného dotazníkového šetření byly vybrány otázky z fyziologické, psychologické, sociální a duchovní oblasti, na které dotazovaní senioři-dobrovolníci odpovídali ano, nebo ne. Z každé oblasti odpověděli dotazovaní respondenti na pět otázek v tomto dotazníkovém šetření: Všechny odpovědi byly systematicky zaznamenávány. Otázky byly pro lepší srozumitelnost sestaveny tak, aby byly pro dotazované respondenty dostatečně srozumitelné.

Sami respondenti svůj vyplněný dotazník následně ústně komentovali. Bylo proto možné písemně zaznamenávat jejich další názorové postoje k daným otázkám a zaznamenat je digitálně na MP3 přehrávač a následně využít k relevantnějšímu zpracování výzkumného šetření.

Otázky z oblasti fyziologické:

- 1. Jaký je Váš zdravotní stav?*
- 2. Má dobrovolná činnost v sociální práci vliv na Váš zdravotní stav?*
- 4. Provozujete pohybové aktivity?*
- 5. Došlo u vás následkem Vaší dobrovolné činnosti, ke zlepšení vašeho zdravotního stavu?*

Otázky z oblasti psychologické:

- 1. Cítíte se být seniorem - seniorkou?*
- 2. Je pro Vás označení senior přijatelné?*
- 3. Přemýšleli jste, jak dobrovolnická činnost ovlivňuje váš život?*
- 4. Přineslo Vám dobrovolnictví něco, čeho si ceníte?*
- 5. Není to pro Vás vyčerpávající „dávat“, když má každý člověk mnoho svých problémů?*

Otázky z oblasti sociální:

1. Ovlivnila vaše dobrovolná činnost v sociální práci Vaše soukromí?
2. Souhlasí Vaše rodina s vaší dobrovolnickou prací?
3. Je pro Vás dobrovolnická práce přínosná, obohacuje Vás?
4. Splnilo dobrovolnictví v sociální práci Vaše očekávání?
5. Získal/a jste díky svému dobrovolnictví nové zkušenosti v mezilidských vztazích?

Otázky z oblasti duchovní:

1. Jste věřící?
2. Ovlivnila Vaši dobrovolnou činnost víra?
3. Stala se víra prvotním impulzem k Vaší dobrovolné práci?
4. Stala se víra důležitou pro Vaši dobrovolnou práci?
5. Řídíte se základními křesťanskými pravidly?

Tabulka č. 3. Výsledky šetření dotazovaných respondentů

Respondenti		Otázky z oblasti fyziologické					Otázky z oblasti psychologické					Otázky z oblasti sociální					Otázky z oblasti duchovní				
	
1. žena	PB	A	A	A	N	A	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
2. žena	MS	A	A	N	N	A	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
3. žena	S	A	A	A	N	N	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
4. žena	EK	A	A	A	A	A	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A	A	A	N	A	A
5. žena	JT	N	A	N	A	A	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A	N	N	N	N	A
6. žena	MP	A	A	N	N	A	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A	N	N	N	N	N
7. žena	JŠ	A	A	N	N	A	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A	N	N	N	N	N
8. žena	DK	A	A	N	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	N	N	N	N	A
9. muž	MŘ	N	A	N	A	A	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A	N	N	N	N	N
10. muž	VS	A	A	A	N	N	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	N	N	A

(A – kladná odpověď, N – záporná odpověď)

4.5.1 Výsledná interpretace dotazníkového šetření

Při využití dotazníkového šetření dáváme získaná data do souvislostí. (Švaříček, Šed'ová a kol., 2007).

Z výzkumného šetření vyplývají tyto níže uvedené výsledky vycházející z dotazníkového šetření a odpovědí na otázky z oblasti fyziologické, psychologické, sociální a duchovní a zpracované se stávají odpovědí na základní výzkumnou otázku č. 1 z této práce.

Jaké hodnoty přináší seniorům dobrovolnictví v sociální práci v oblasti prohloubení sociálních kontaktů, psychologického rozvoje, duchovního rozvoje a celému jejich životu v období seniorského věku?

- V oblasti fyziologické byly zjištěny tyto níže uvedené hodnoty:

senioři dobrovolníci si chtějí udržet svoji fyzickou kondici a snahu žít aktivním životem

- V oblasti sociální byly zjištěny tyto níže uvedené hodnoty:

senioři dobrovolníci si přejí věnovat se ve svém seniorském věku smysluplné činnosti v dobrovolnictví v sociální práci, mají silné sociální cítění a zájem o získání nových zkušeností a znalostí, nová přátelství, naplnění sociálních potřeb, pocit užitečnosti, zabývání se smysluplnou aktivitou, pocit smysluplného života a o aktivní prožívání svého seniorského věku, o pocit být lepším seniorem a žít plnohodnotným životem

- V oblasti psychologického rozvoje byly zjištěny tyto níže uvedené hodnoty:

udržování dobré psychické kondice, senioři dobrovolníci si přejí věnovat se smysluplné činnosti v sociální práci, osobnímu seberozvoji, mají pocit, že mají ještě co nabídnout, u seniorů-dobrovolníků převažuje pocit časové nevytíženosti, vytváření osobních hranic a jejich posouvání, pocit, že jejich život má stále smysl, pocit vlastní sebereflexe a angažovanosti, aktivní tvořivosti a přístupu

- V oblasti duchovního rozvoje byly zjištěny tyto níže uvedené hodnoty:
vnitřní naplnění a naplnění vyšších potřeb seniorů dobrovolníků bez náboženského vyznání, u věřících dobrovolníků je dobrovolná činnost přirozenou činností související s jejich náboženským vyznáním.

- **Využití a výsledek dotazníkového výzkumného šetření**

Z výsledného šetření vycházejícího ze sociální práce seniorů dobrovolníků vyplývá:

- senioři dobrovolníci si přejí věnovat se smysluplné činnosti v sociální práci
- senioři dobrovolníci mají pocit, že mají ještě co nabídnout
- senioři dobrovolníci mají snahu žít aktivně
- senioři dobrovolníci mají silné sociální cítění
- u seniorů dobrovolníků převažuje pocit časové nevytíženosti
- senioři dobrovolníci mají snahu o udržení své kondice

- **Podmínky pro kvalitní činnost seniorů dobrovolníků v sociální práci**

- osobnostní předpoklady seniora-dobrovolníka
- dobrá fyzická a psychická kondice seniora
- stabilní rodinné zázemí seniora
- tolerantní postoj rodiny k dobrovolnictví v sociální práci
- utváření kvalitního vztahu s klientem
- vlastní spokojenost s dobrovolnictvím v sociální práci

- **Znaky aktivního seniora v dobrovolnictví v sociální práci**

- vlastní angažovanost
- aktivní tvořivost
- aktivní přístup
- vytváření osobních hranic
- vlastní sebereflexe

- **Výsledek dobrovolnictví v sociální práci u seniorské populace**

- získání nových zkušeností a znalostí
- nová přátelství
- naplnění sociálních a vyšších potřeb
- pocit užitečnosti

- osobní seberozvoj
 - udržování dobré psychické kondice
 - zabývání se smysluplnou aktivitou
 - pocit smysluplného života
 - aktivní seniorství
 - pocit být lepším seniorem
 - můj život má stále smysl
 - žít plnohodnotný život
 - vnitřní naplnění
-
- **Podmínky pro kvalitní činnost seniorů dobrovolníků v sociální práci**
 - osobnostní předpoklady seniora-dobrovolníka
 - dobrá fyzická a psychická kondice seniora
 - stabilní rodinné zázemí seniora
 - tolerantní postoj rodiny k dobrovolnictví v sociální práci
 - utváření kvalitního vztahu s klientem
 - vlastní spokojenost s dobrovolnictvím v sociální práci

Senioři-dobrovolníci v sociální práci jsou aktivní seniorskou populací. Svoji fyzickou a duševní aktivitu považují za neoddelitelnou součást ve svém životním světě. Mají velké množství zájmů, kterými se snaží smysluplně obohatit svůj volný čas. Senioři-dobrovolníci aktivní v oblasti sociální práce se zajímají o kvalitní prožívání svého života a starají se nejen o něj, ale i o uspokojování vyšších potřeb. Ke svému životu přistupují pozitivně a v seniorském věku nacházejí výhody. Přejí si, aby byl jejich seniorský svět stále živý, a proto vyhledávají smysluplné aktivity. To je důvodem, proč si senioři volí dobrovolnou činnost v oblasti sociální práce a jejich služeb jako součást a budoucí naplnění svého života. Dobrovolná činnost sama o sobě se však nestala jen smysluplnou aktivitou v životech seniorů-dobrovolníků, ale je i přidanou hodnotou, která dokáže život seniorů a jejich všední dny obohatit a zkvalitnit. Podílí se u seniorů na pochopení jejich dalšího života jako smysluplného aktivního pokračování v jejich životě.

4.6 Druhá fáze výzkumného šetření, polostrukturovaný rozhovor

Senioři dobrovolníci odpovídali ve druhé fázi výzkumu na otázky z oblasti týkající se celkového postoje k dobrovolné činnosti, svého zájmu a aktivitách v dobrovolné činnosti.

Druhá fáze výzkumného šetření probíhala formou polostrukturovaného rozhovoru a stala se odpovědí na druhou výzkumnou otázku:

Jaké dopady má na seniory dobrovolnická práce v jejich seniorském věku?

Výzkumné šetření probíhalo polostrukturovanými rozhovory se třemi skupinami dotazovaných respondentů:

1. *hlavní skupinou dotazovaných respondentů se stali senioři dobrovolníci v sociální práci*

2. *skupinou se stali klienti, kteří služeb seniorů dobrovolníků využívali*

3. *skupinou byli rodinní příslušníci seniorů dobrovolníků*

• **Osnova otázek polostrukturovaného rozhovoru pro seniory dobrovolníky**

- Jak se to stane, že je člověk dobrovolníkem?
- V jaké oblasti dobrovolnictví pracujete?
- Proč právě tato oblast?
- Čím je pro Vás dobrovolnictví?
- Musí podle vás člověk, který se chce stát dobrovolníkem, umět, nebo mít něco víc, než běžný jedinec?
- Musí být jiný?
- V čem je jiný senior-dobrovolník oproti mladým dobrovolníkům?
- Existuje něco, co Vám na dobrovolnictví udělá spolehlivě radost?
- Zkuste si představit, že jste právě na cestě domů z místa, kde probíhá vaše dobrovolnictví. Na co myslíte a jaký máte pocit?
- Cítíte se být „seniorem/seniorkou“? Jaký máte vztah ke slovu „senior“?
- Kladete si otázku, jaký chcete být senior/jaká seniorka?
- Přemýšlela jste někdy, jak dobrovolnictví ovlivňuje Váš život?
- Přineslo Vám dobrovolnictví něco, čeho si ceníte?
- Není vyčerpávající „dávat“, když má každý člověk spoustu svých problémů?
- Bojujete s něčím u dobrovolnictví? Je něco, co nemáte na dobrovolnictví ráda?

- Co byste poradila seniorům, kteří uvažují stát se dobrovolníkem?
- Mohu Vás poprosit o váš věk a rodinný stav?
- Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání? V jaké oblasti jste pracovala?
- Jaké máte záliby, co Vás baví, jak trávíte volný čas?
- Jaké jsou Vaše životní hodnoty, v co věříte, na čem Vám záleží, co je pro Vás v životě

- **Osnova otázek polostrukturovaného rozhovoru pro klienty**

- Jste rádi, že Vás senioři-dobrovolníci navštěvují?
- Vádí vám přítomnost seniorů-dobrovolníků
- Uvítali byste možnost trávit se seniory-dobrovolníky více času?
- Chovají se k Vám senioři-dobrovolníci přátelsky?
- Přejete si poznat raději mladší dobrovolníky?

- **Osnova otázek polostrukturovaného rozhovoru pro rodinné příslušníky**

- Podporujete Vaši matku/otce v dobrovolnictví v sociální práci?
- Myslíte si, že je dobrovolná činnost změnila?
- Myslíte si, že je pro ně dobrovolná činnost přínosná?
- Podporujete je v dobrovolnictví?
- Byli byste raději, aby se věnovali jiné činnosti?

Všechny rozhovory z výzkumného šetření byly zpracovány a nejvýstižnější odpovědi a reakce dotazovaných respondentů z řad seniorů-dobrovolníků, jejich klientů a rodinných příslušníků jsou níže interpretovány společně s výslednými komentáři k jednotlivým rozhovorům.

Zpracované výzkumné šetření rozhovorů se seniory-dobrovolníky, jejich klienty a rodinnými příslušníky bylo společně s vyhodnocenými závěry rozděleno do několika tématických oblastí, jež jsou rozčleněny do níže uvedených podkapitol, které jsou součástí odpovědí na druhou výzkumnou otázku, vypracovanou na základě polostrukturovaných hloubkových rozhovorů.

- **Polostrukturované hloubkové rozhovory ve výzkumném šetření se seniory dobrovolníky**

- Vliv nehmotného bohatství
- Můj svět, moje soukromí
- Rodina jako priorita nebo překážka
- Pozitivní a aktivní senior
- Senior v roli dobrovolníka v sociální práci
- Vlastní význam pro seniora-dobrovolníka
- Máme svůj svět
- Rodina prioritou, nebo překážkou
- Aktivní a pozitivní senior
- Osobnost dobrovolníka v sociální práci
- **Dotazování ze strany klientů**
- Dobrovolná činnost seniorů a její smysl pro klienty
- Význam dobrovolné činnosti pro seniora-dobrovolníka
- Respektování seniora-dobrovolníka a jeho životního světa
- **Dotazování jednotlivých členů v rodině**
- Souhlas rodinných příslušníků s dobrovolnou činností respondentů

Z celkového šetření a zpracovaných rozhovorů je patrné, že k dobrovolnictví respondentky vedou i zcela odlišné cesty. Liší se vlastní mírou motivace, angažovanosti a tvořivosti. V celkovém kontextu se objevují dvě skupiny, z nichž jedna vyslovila „ano“ dobrovolnictví poté, co si takovou nabídku přála a očekávala, a druhá skupina byla ta, která nabízela. Všichni respondenti/všechny respondentky však měli stejný cíl a byly aktivní v tom smyslu, že se o dobrovolnou činnost sami zajímali.

4.7 Polostrukturované hloubkové rozhovory ve výzkumném šetření

Respondentky PB a MS o možnosti dobrovolnické činnosti již předem přemýšlely a byly této myšlence dlouhodobě nakloněny. Chyběla jim však konkrétní představa, jakou dobrovolnou činnost by chtěly vykonávat, na koho nebo jakou dobrovolnickou instituci se mají obrátit. Čekaly tak na vhodnou příležitost, která přišla v podobě informačního letáku jedné organizace zabývající se dobrovolnictvím a činností s ní spojenou. První příležitostí respondentky VS, která znala konkrétní dobrovolnické centrum, se stal odchod do starobního důchodu.

- „...já jsem už dávno přemýšlela... jako, že bych ráda něco takového, v rámci dobrovolnictví dělala, ale nevěděla jsem jak začít. Neměla jsem žádné informace. A tak jsem jednou šla Pražskou ulicí a tam byl informační plakátek...“ (PB6/17)

Dobrovolnictví respondentek VS a MS nebylo reakcí na veřejnou výzvu, naopak přišly samy s vlastní nabídkou, že by mohly pracovat jako dobrovolnice, staly se tak impulsem ke vzniku programu s dobrovolnickou činností a v podstatě jeho tvůrkyněmi, průvodkyněmi a organizátorkami.

- „Tak já když jsem sem do pečovatelského domu přišla, tak jsem to tu sestřám nabídla, že bych tu mohla pomáhat...“ (VS7/17)

- „...ihned jsem jim řekla, že přijdu zase příště, že jestli mají zájem, tak sem můžu chodit pomáhat pravidelně.“ (MS7/17)

Respondentky si pro svou dobrovolnickou činnost volily pro ně známou a zajímavou oblast, která je bavila, v níž se cítily jisté a měly pocit, že mají co nabídnout.

- „...každý musí dělat to, k čemu tíhne a pro co má teda ty schopnosti.“ (VS7/17)

Tvůrčí respondentky VS a MS, které přišly s novým programem, měly samy jasnou představu o své práci v dobrovolnické činnosti, resp. o celkové náplni této činnosti. Měla spojitost s jejich prací před odchodem do důchodu a s činnostmi, kterým se dlouhodobě věnovaly ve svém volném čase už v období produktivního věku, nebo s jejich dalším celoživotním koníčkem.

- „...byla to vždy, moje celoživotní záliba.“ (MS7/17)

- „Já jsem s přestávkami celý život pracovala v sociálních službách na různých pozicích.“ (VS7/17)

- „Já jsem celý život, vždycky dělala s lidmi.“ (VS7/17)

Respondentky PB a EK si vybíraly z nabízených programů a dlouze zvažovaly, do kterého se zapojí. Výběr dobrovolnické činnosti byl osobním výsledkem vlastního ohodnocení a uvědomění si reality „na co stačím a v jaké činnosti a v čem jsem dobrá“.

- „Já to vím a sama o sobě říkám, že jsem velmi dobrá vrba pro své okolí.“ (EK7/17)

- „*Myslím si, že každý člověk by měl vědět, na co se může dát a na co ještě může stačit. Blíž mám celkově k těm seniorům.*“(PB7/17)

Respondentka JT si vybrala záměrně činnost, která jí v jejím předchozím životě chyběla.

- „*Původně jsem si myslela, že si asi neužiju vnoučat.*“(JT7/17)

Čtyři respondentky mají z minulosti zkušenost s více dobrovolnými činnostmi, vždy si však vybraly takovou činnost, která spadala do stále stejné oblasti dobrovolnictví, v níž byly zastoupeny sociální a zdravotní oblasti společně s kulturní a vzdělávací činností.

Pokud se vrátíme k samotnému výběru dobrovolné činnosti u respondentek, která byla ve většině ve znamení jistoty, jiná situace pak nastala u jedné z respondentek při výběru další dobrovolné činnosti, i když ve stejné oblasti, která opustila jistotu „bezpečného“ prostoru a dobrovolnictví pojala jako novou osobní zkušenost a zkoušku vlastní osobnosti.

- „*...mě zvláštním způsobem lákala hospicová péče... tak jsem si řekla, zkusím to, abych věděla, co to obnáší, jestli to zvládnou vydržet, nebo budu muset skončit* (PB7/17)

Respondenti DK a MŘ se zabývaly dobrovolnictvím už v produktivním věku.

Respondentka PB připomíná, že se v minulosti věnovala také činnostem mimo svou práci, kterou bychom dnes zařadili do oblasti dobrovolnictví, dříve se však tato činnost tak nenazývala.

U respondentek EK a MS se stala dobrovolnická činnost součástí jejich života až po odchodu do důchodu, pojem času hrál hlavní roli.

- „*...já jsem byla při práci tak vytížená, že by to nebylo možný.*“(MS7/17)

- „*...jakmile jste v důchodu, tak máte čas na ledacos.*“(EK7/17)

U všech respondentů byla překvapující reciproční motivace. Při výzkumném šetření se běžně objevují motivy jako pomoc těm, kteří to potřebují, snaha nebo potřeba být užitečná pro své okolí, respondentka MS cítí dobrovolnictví jako své poslání, při rozhovorech se objevilo slovo lidství a několikrát zazněl pojem v rámci sociálního

cítění. Čtyři respondenti patří mezi věřící osoby, ani jeden však nepovažoval svou víru a vyznání za hlavní motiv své dobrovolnické činnosti. Respondenti se shodli, že by je víra v tomto ohledu mohla zásadně ovlivnit, ovšem nebyla pro ně tím nejdůležitějším rozhodujícím faktorem.

- „*Jako by to byly takové spojené nádoby. Jsem věřící, ale cítím přirozeně, že chci pomáhat.*“(PB7/17)

- „*já jsem chlap a myslím, že když člověk chce pomáhat, tak to udělá a nemusí na to být věřící.*“(VS7/17)

Respondentky si zároveň byly vědomy skutečnosti, že každá vztahová rovina má dvě strany. Tu svou nezdůraznili, ale byli si jí vědomé. Respondentky EK a JT uvedly mezi své motivy k dobrovolnictví primárně vyplnění svého volného času. Respondentka VS přistoupila k dobrovolnické činnosti, jako k jedné možnosti udržení si vlastní fyzické i psychické kondice. Respondentka MS vidí v dobrovolnictví možnost věnovat se své celoživotní zálibě a respondentka PB se řídila osobním názorem pomocí druhé osobě v případě nouze.

- „*Myslím, že je to hlavně o tom pomoci těm druhým lidem, ale také sobě.*“(EK7/17)

- „*...chtěla jsem zaplnit svůj volný čas*“(JT7/17)

- „*...raději si říkám, radši se budu pořád honit, protože tak bych jednou dopadnout nechtěla, sedět a celý den jen tak koukat na ty seriály... někteří staří lidé prostě žijou v názoru, že oni se už nadělali dost, a že už v tomhle věku nemusejí nic. No a to si myslím, že je nejhorší, co člověk se sebou může udělat, protože se stane úplně pasivním ke všem činnostem a tím... úplně upadne.*“(VS7/17)

- „*Je to jednoduché, když si navzájem nepomůžeme, tak kdo nám vlastně pomůže? Na koho se můžeme spolehnout?*“(PB7/17).

Jeden z dobrovolnických motivů se respondentům JT a MŘ nepřiznával lehce, bylo to pro ně bolavé místo a sami cítili lítost a zároveň vzdor.

- „*...a nakonec, jsem taky možná chtěla ukázat vlastním dcerám, že když nám nebyly schopné představit naše vnoučata, tak že si k nim cestu najdu nakonec jinak.*“(JT7/17)

- „...já jsem přišel o syna a dceru, mám ještě jednu dceru a ta má svoji rodinu a tak se snažím pomáhat, kde je to potřeba...i když na to občas doplatím.“(MŘ7/17).

4.7.1 Vliv nehmotného bohatství

Jestliže v rozhovorech došlo na „zisk“ plynoucí z dobrovolné činnosti, žádný z dotazovaných respondentů o jeho existenci nezapochoval. Osobní přínos pramenil nejčastěji ze vztahu s klienty. Respondenti, kteří se k dobrovolnictví dostali přes organizované dobrovolnické centrum, pak ve většině nachází přínos také v doprovodných aktivitách, které jim centra ve své činnosti nabízí.

Respondentky PB, JT a MP vyzdvihují dobrovolné kurzy a semináře pořádané dobrovolnickým centrem, na nichž měly možnost získat cenné teoretické znalosti, postřehy, praktické příklady a rady z praxe (zdravotnické činnosti, sociální oblasti a psychologie), jež měly možnost využít nejen při své dobrovolné činnosti, ale samy se aktivně o celou problematiku zajímaly. Dále ocenily výcvikové kurzy s tematikou zaměřenou na zdravé „sebeprosazení“ v komunikační dovednosti a sebepoznání, což jim poté i nadále pomáhá v osobním životě.

- „...ten seminář byl opravdu výborný ... Celé to dobrovolnictví i ve spojení s duchovní cestou, všechno se to ve mě nějak pohnulo ... Už na tom semináři ... jsem jasně věděla, že jdu po té správné duchovní cestě a vím, že jdu dobře.“(PB7/17)

Zatímco o obohacení v oblasti vzdělávání a sebepoznání mluvili všichni respondenti s nadšením, při zamyšlení nad osobním přínosem ve vztahu s klientem, jejich tváře zvažněly. Kromě respondentky VS, která se dlouhodobě angažuje v kulturně-vzdělávací oblasti, hledali ostatní správná slova, jak vyjádřit své pocity. U jedné respondentky došlo povídáním nad tímto tématem k otevření citlivého místa.

Respondenti pokládají svou dobrovolnickou činnost za zdroj nových zkušeností, životních zážitků prožitků. Primární setkávání se s klientem, poznávání jeho osobního života, utváření jejich vzájemného vztahu i společné řešení životních překážek s sebou nese značné naplnění sociálních potřeb a obohacení citové stránky jedince.

Respondenti vnímají svůj volný čas strávený dobrovolnictvím jako příjemné a smysluplné trávení volného času, které je v osobním smyslu posunuje dál.

Prostřednictvím dobrovolné činnosti dochází k jejich celkovému růstu a rozvoji celé osobnosti.

- „Dobrovolnictví mně celkově přineslo spoustu nových zkušeností, jak se setkáváte s těmi lidmi a jejich životy a problémy, [pauza] možná taky kamarádství, [pauza] pomáhá to mně osobně, řekla bych vnitřně, přehodnotila jsem svůj život, jsem pořád v akci, celkově se rozvíjím ...“(EK7/17)

- „Cítím se mezi nimi dobře... Takový čas není nikdy ztracený a vše dobré se mi vrátí.“(MP7/17)

- „Nové přátelství. Velké dávka citů. Vlastně už jenom to, že když vás tam někdo chytne za ruku, pohladí a řekne třeba jen, děkuju Vám [pauza], nebo jen tak stiskne ruku, tak je to pro mě, která žije sama, takovým citovým zadostiučiněním... Celý život takový pocit člověk potřebuje a někdy se mu to dostane v plné míře a někdy ne.“(MS7/17)

- „To je doživotní přátelství, co tam někdy vzniká.“(EK7/17)

Respondentce MS dobrovolnictví a činnost s ní spojená přináší možnost odreagování se od běžných starostí, uvolnění od běžného světa a přenesení se do jednoduchého světa hravosti a jisté naivity. Jiné dotazované respondentky hovoří o síle vnitřní energie.

- „Mě to celkově nabíjí, jsem prostě potřebná.“(PB7/17)

Klientův přístup k životu, jeho „svět“, se stává inspirací pro život respondentky.

U seniorů tak dochází k novému pohledu na vlastní „žitý svět“, k pevnému utvrzení vlastních životních hodnot a k nadřazenosti duchovních hodnot nad materiálními.

- „...ta paní co jsem jí pomáhala, měla rakovinu... bylo pro mě úžasné, s jakou silou člověk dokáže tohle všechno vydržet a přitom ...vyzařovalo z ní neustále sluníčko... měla v sobě tolik radosti...“(PB7/17)

- „Oni měli doma zařízené všechno exkluzivně, byla to nádhera, ale na druhou stranu tam ty vztahy nebyly... víte, na druhé straně máte, když to tak řeknu upřímně, doma skoro bordel, ale přece mezi těma lidma v té rodině něco pěkného je.“(PB7/17)

- „Všichni kdo neustále remcají a kdo si myslí, že mají nějaký velký problém, by

- *se tam měli jít podívat a chvíli se kolem sebe dívat a najednou by zjistili..., co mají a že si toho ani neváží, a že ty jejich problémy, jsou skoro nic.*“ (EK7/17)

Spokojenost všech klientů a ocenění respondentek, ať už ze strany samotných klientů, nebo přímo pracovníky z organizací, vede k utvrzení smysluplně vykonávané činnosti a k pocitu užitečnosti pro celou společnost.

- *„Mě opravdu těší, když má moje Libuška [pozn. klientka] takovou radost, když je spokojená a řekne mi: „Jé, to se mi tak líbí“ ..., když je z ní cítit, jak je šťastná a vše dokáže tak prožívat.*“ (EK7/17)

- *„...mě osobně dělá radost... když to lidi přijímají s takovým nadšením, tak spontánně, dokonce mi třeba najednou zatleskají[smích], tak to si člověk už opravdu řekne: „Asi jsem těm lidem opravdu něco pozitivního přinesla a oni budou chvíli šťastní.*“ (VS7/17)

- *„...když od těch lidí odcházím, volají na mě a kdekdo mi poděkuje... a stále mě zvou, abych je zase přišla navštívit ...pořád se na mě usmívají a mávají nejen na odchod, ale i během dne. A tak mám neustále pocit, že... jsem byla přece jenom zase trochu užitečná.*“ (MP7/17)

4.7.2 Můj svět, moje soukromí

Svůj svět si respondenti, hlavně však respondentky, pečlivě hlídají. Všechny rozhovory prostupuje uvědomění si výlučnosti vlastního soukromého světa, jehož základní součástí se stala rodina, ať už v užším, či širším významu.

Přestože uvedení respondenti působí v mnohdy odlišných oblastech dobrovolnictví, podstata názorů na otázku hranic vlastního světa byla stejná. Hranice nechápou jako vážnou překážku k upřímnému přátelskému svazku. Dobře si však uvědomují, kde začíná a kde končí soukromý život a kde jejich dobrovolná činnost. Od začátku to však nebylo u všech.

Respondentka PB si až v průběhu probíhající supervize uvědomila, v jaké míře se jí téma hranic dotýká, a přehodnotila svůj profesní přístup ke své klientce. Respondentky VS a vědomost o ochraně svého světa získaly díky svým životním zkušenostem. Významnou roli zde hrála také doba, po kterou se respondenti věnují dobrovolnictví. Všichni respondenti se věnují dobrovolnické činnosti v jakékoli míře dlouhodobě řadu

let, většina z nich se po tu dobu seznámila s více druhy dobrovolnictví a nasbírala cenné zkušenosti, které jim pomáhají při utváření vztahů s novými klienty.

- „...je strašně důležité si jasně stanovit určité hranice, víte, oni jsou někteří schopni vás třeba potom třeba i využívat a mnohdy i trochu vydírat.“(PB7/17)

- „...tak to já je ráda pustím [pozn. klienty] do svého života a rodiny. [pauza] Nikdy jsem se ale těm lidem nedala takovou šanci, myslím jako [pauza] na široko, každý člověk musí mít svoji osobní rezervu, jinak to odnáší soukromí a rodina.

- Protože když dostanete úplně na samé dno, tak už pak nemáte z čeho dávat, vydáte ze sebe všechnu energii.“(MS7/17)

- „Člověk už za tu dobu co dělá tohle dobrovolnictví dobře ví, co si může dovolit, jak už má na co reagovat... Nemůžete prostě dělat všechno, co si klienti v jednu chvíli vymyslí.“(EK7/17)

Respondentky EK a VS hovoří také o jasných hranicích ve smyslu uvědomění si, co a kolik jsem schopna toho ve svém dobrovolnictví zvládnout a kolik energie předat dál.

- „...je toho pro mě už dost, takže další dobrovolnictví je už pro mě vyloučené.“(EK7/17)

- „Víte, já už jsem ve věku a já už na nějakou takovou vedoucí funkci nemám, protože člověk nemůže nikdy vědět, kdy mu to jeho zdraví vypoví... Bohužel, člověk v tomhle věku už nezvládne všechno, co by chtěl.“(VS7/17)

Dobré zdraví, pohodu a rodinné zázemí označili respondenti za nezbytnou nutnost ke své kvalitně vykonávané činnosti v dobrovolnictví. V případě, že se takové jistoty mění nebo dochází k určitým změnám, dochází k narušení celkové harmonie vnitřního světa respondentů a dobrovolnictví se pro ně může stát zátěží. Znenadání vznikají situace, které na ně kladou takové časové a psychické nároky, jejichž následek se promítne na dobrovolné činnosti, která se postupně stává druhořadou aktivitou.

Respondenti k takové situaci nepřistupují s vyšší dávkou energie a s cílem, kdy si řeknou: „Pořádně zaberu a všechno to musím zvládnout,“ ale dočasně, nebo úplně se ze své činnosti vyváží a zcela tak dokážou opustit své dosavadní závazky, i přestože pociťovali, že pro ně byly přínosné a soustředí veškerou svou energii na problém ve svém okolí.

- „...když budu zdravá a budu mít energii... záleží také, jaké budou celkové okolnosti...“(PB7/17)

- „Upustím od toho až v době, až si opravdu sama řeknu, že už na to všechno nestačím.“ (VS7/17)

- „Zatím zažívám období, kdy vlastně nemám moc svých osobních problémů. Jsem, ale rozhodnutá jakmile se něco stane, musela bych tam svojí pomoc ukončit.“(MP7/17)

- „...je lepší tam vůbec nechodit, jestliže člověk není ve své pohodě. Chodím tam jen když... vím, že jsem pozitivně naladěná a vím, že těm lidem předám dobrou náladu. Ale jakmile mám doma nějaké problémy, tak tam raději nejdu.“(MS7/17)

4.7.3 Rodina jako priorita nebo překážka

Dotazované respondentky PB a MP žijí ve společné domácnosti dohromady s jedním rodinným příslušníkem a respondentka JŠ má stále ještě jednoho z rodičů. Ve všech provedených výzkumných rozhovorech dotazovaní respondenti vyjádřili zodpovědnost za svou rodinu, důraz kladli na kvalitní chod celé domácnosti a celkově výlučné postavení svých blízkých osob. Aktuální stav v rodinném zázemí způsobuje změny ve stabilním životě respondentů a je považováno za jedno z rozhodujících aspektů při základní otázce udržení činnosti v dobrovolnictví. Dobrovolnická činnost se může stát pro seniory zátěží v případě změny zdravotního stavu, nemoci nebo v případě nemohoucnosti rodinného příslušníka. Dále pak z důvodu velkého množství nahromaděných úkolů, časové tísně nebo v důsledku odlišných názorů rodinných příslušníků na dobrovolnou činnost seniorů u všech dotazovaných respondentů.

- „...naše tetička už byla v tak špatném stavu, že už potřebovala opravdu nutně pomoc... někoho, kdo by se o ní začal starat, a tak to zrovna tak dobře vyšlo,... že se zrovna ve stejnou dobu odstěhovala Martička[pozn. klientka]... a já jsem tak měla konečně dostatek času na tu naši tetu a mohla se jí věnovat.“(PB7/17)

- „...je jasné a беру to úplně samozřejmě, že kdyby se jí [pozn. mamince] přitížilo, tak je pro mě přirozené, že se o svou mamku opět postarám [pozn. Jednoduše bych si jí vzala k sobě domů] ... v současné době nechci nic nového hledat, protože nemám žádnou jistotu, jaká nastane situace s mojí mamkou a jak se to bude všechno dál vyvíjet...“(PB7/17)

- „...byli jsme úplně zaneprázdnění s organizací svatby naší dcery, snažili jsme se jí se vším pomoci a vzápětí se nám narodila naše první vnučka od druhé dcery a bylo tu léto a nekonečná práce na zahrádce a jak to tak bývá, nevěděla jsem, co mám dříve dělat nebo kde dříve být. Navíc, ještě k tomu všemu byl manžel na operaci a nebyl ještě úplně zdravý, necítil se pořád dobře. Nebýt všech těchto záležitostí, asi bych tam byla dobrovolnicí do současné doby, vlastně určitě bych tam byla ráda.“ (MP7/17)

- „Naším holkám [pozn. dcerám] to nijak nevadilo a můj František [pozn. manžel] ten měl občas samozřejmě nějakou tu malou připomínku.“ „...a když odjel na delší služební cestu..., tak neměl důvod k tomu, aby mu to vadilo.“ (PB7/17)

Respondenti, kteří s rodinnými příslušníky ve společné domácnosti trvale nežijí, hovořili ve vztahu ke své dobrovolnické činnosti o výhodách. Konkrétní výhody spatřují v čase tráveném ve společnosti klientů, který však není na úkor své vlastní rodiny. Při časové organizaci osobních záležitostí mají pocit větší volnosti ve srovnání s ostatními respondenty. Přesto jsou si však vědomi skutečnosti a nezapomínají, že mají stále ještě, v širším slova smyslu, ve svém příbuzenstvu vzdálenou rodinu. Svoji vykonávanou dobrovolnou činnost osobně považují za naplňující a smysluplnou práci. Bilancují, zda by neměli svůj volný čas doposud strávený dobrovolnou činností v sociální práci věnovat zejména své rodině.

- „...dobré je, že si ty věci můžete domluvit a potom je udělat, kdy chcete, kdy na ně máte prostě čas, není to v žádném případě přesně nalajnované a určené, kdy musím a že ten druhý je na něco navyklý a že to musí být teď hned... Mám osm vnoučat, tak ty také někdy samozřejmě hlídám, ale předem se musíme vždycky domluvit, protože já toho mám opravdu hodně.“ (EK7/17)

- „To víte, někdy mám i výčitky svědomí, protože tu mám vnuka s ženou, kteří má dvojčata a tak vím, že bych měla pomáhat a ulehčit spíš jim.“ (VS7/17)

4.7.4 Pozitivní a aktivní senior

Většina dotazovaných respondentů přijala svůj odchod do starobního důchodu a „seniorství“ jako přirozenou součást životního běhu s nadhledem.

- „...to prostě nejde, abychom byli pořád mladí a krásní.“ (PB6/17)

- „Já budu upřímná, podívejte se na mě, já mám doma rodný list a vím, co je v něm napsáno a každé ráno se dívám do zrcadla [smích].“ (EK7/17)

- „...když jsem ze odcházela ze zaměstnání, vedení pořád chtělo, jestli bych ještě nezůstala, alespoň rok a já jim řekla: „Podívejte se, ale opravdu ne, ty děti si už opravdu zaslouží někoho z mladší generace, co byste tady se starou babkou donekonečna dělali, [smích] víte a té energie už také tolik nemám. Rozhodla jsem se, že se budu věnovat lidem ve své věkové kategorii.“ (VS7/17)

- Respondentka MP přiznává, že měla na počátku nové role seniora potíže s jejím přijetím. Osobně si přála pokračovat ve své práci, která jí bavila, ale nebylo jí to z personálních důvodů umožněno a jinou práci už nesehnala. „Tenkrát mě to hodně mrzelo, chtěla jsem a byla schopná odvádět dobrou práci... Stalo se mi, že když jsem šla dopoledne poprvé do města na nákup, měla jsem nepříjemné pocity z toho, že mě všichni známí uvidí a dozví se, že už jsem také v tom starobním důchodu, připadala jsem si úplně nepotřebná, pro nikoho neužitečná, no prostě stará...“ (MP7/17)

Celkové smíření s obdobím „seniorství“ bylo odrazem respondentčina vnímání seniorské populace, které bylo primárně ovlivněno celkovým postojem ve společnosti a také její osobní zkušeností.

- „Seniorem se necítím z žádného důvodu špatně, naopak protože... zažívám krásné setkání aktivních lidí, kteří se snaží dobrovolně pracovat do svého pozdního věku, jsou krásní ve své čistotě, což je obdivuhodné, že zůstanou mentálně mladí a vše citově naplno prožívají.“ (MS7/17)

- „Ono co je hlavní, je pravda, že dneska jsou senioři daleko aktivnější.“ (EK6/17)

- „...současná mladá generace hází všechny seniory mezi ty, co dříve budovali socialismus a myslí si, že dnešnímu systému nerozumí, nestačí životnímu tempu a o jejich názor nebo zkušenosti nestojí... aktivní důchodci nebo senioři si na takové zařazení mohou jen těžko zvykat...“ (MP7/17)

U dotazovaných respondentů proběhlo přijetí „seniorství“ různým způsobem, všichni se zabývají tím, že samotné slovo senior, stejně jako biologický věk, o ničem nevyovídá. Poukazují na charakteristické rozdíly mezi lidmi a zdůrazňují individuální osobnost každého člověka.

- „...to, ale v žádném případě nezáleží na věku...no, to není jako tím, jestli je člověk nebo není senior, to je vždycky na každém člověku.“ (PB6/17)

- *„Je mezi námi spousta lidí, se kterými se cítíte velmi dobře a je úplně jedno, kolik jim je let.“(EK7/17)*

Všichni respondenti nacházejí ve svém „seniorství“ výhody. Zmiňují zejména materiální výhody (jako jsou např. slevy a kulturně společenské akce), hlavně ale hovoří o rozvoji některých svých vlastností a s přibývajícím věkem také o vnitřní psychosociální uvolněnosti. Naplňuje je vědomí, že už nemusí podávat plné pracovní výkony a že stačí jen „být“. Svě „bytí“ však nespojují s rezignací či pasivitou, naopak „seniorství“ a dobrovolná práce jim přináší širokou škálu možností věnovat se tomu, na co dříve neměli čas.

- *„...poznal jsem, že čím jsem starší, tím jsem v životě spokojenější... a celkově vyrovnanější...“ (PB7/17)*

- *„Jsem přesvědčená, že se stárím je člověk vnitřně krásnější a vyvrálejší... , ale také trpělivější a někdo se stává pokornější a celkově se zklidní.“ (MS7/17)*

- *„...když už jsem konečně v tom důchodu, můžu se tomu dobrovolnictví takhle naplno sama věnovat.“ (VS7/17)*

- *„...mám konečně svůj volný čas, využívám seniorské slevy, už se nemusím po práci nutně realizovat, nikdo mě už nehodnotí a nedává mi úkoly, co a jak mám udělat...“ (MP7/17)*

Všichni respondenti uvedli, že se ve svém třetím věku cítí plně vytížení. Považují se za aktivní seniory/seniorky. Kromě dobrovolnické činnosti se věnují dalším zájmům. Respondentky EK a VS uvedli, že současný stav, kdy svůj volný čas vyplňují dobrovolnou činností, je pro ně z hlediska časové vytíženosti zcela naplněný.

- *„...já tím dobrovolnictvím zaberu asi tak stejně času, jako kdybych chodila do zaměstnání;.“ (VS7/17)*

- *„Já mám ještě tolik zálib, že další koníčky nebo jiné aktivity bych už nezvládla.“ (EK6/17)*

Při celkovém hodnocení seniorů nacházejí dotazovaní respondenti jak jejich pozitivní aspekty, tak negativní stránky. Negativní pohled v hodnocení některých seniorů respondenty vychází z vlastních zkušeností, ze kterých vyplývá, že zdravý senior může být aktivním jedincem. Respondenti nesdílejí životní postoj s pasivními a negativně působícími seniory, kteří jsou nespokojení a uzavírají se do svého

negativního světa. Respondentka VS současně negativně hodnotí vznikající konflikty mezi seniory, které mezi sebou nejsou ochotni řešit, a tím dochází ve většině případů k doživotnímu nepřátelství, které respondentka VS, už i kvůli dosaženému věku, nechápe. Při rozhovoru respondentka VS svou myšlenku pasivního seniora dále rozvíjí a zamýšlí se nad problematikou, jak těmto seniorům ukázat jinou cestu. Sama v rámci své dobrovolné činnosti se seniory spolupracuje a otevřeně říká, že při práci s nimi je třeba zvolit citlivý způsob v komunikaci a další navazující spolupráci.

- *„Já nemám ráda, když se člověk pořád užírá, je pořád doma, nikam nechce chodit a je neustále zamračený... Člověk by měl být rád, že je na světě a být spokojený s tím, co má.“ (EK7/17)*

- *Oni prostě celkově žijí v jakémsi názoru, že se už nadělali v životě dost... a žijí v takové představě, kterou ventilují v často rozšířené frázi: „Ať mi dají všichni pokoj, já už nic dělat nebudu“ ... často přemýšlím, jak takové seniory, co od rána sledují jen televizi, z jejich zažitě letargie dostat zpět do života. Ale zjišťuji, že je to těžký úkol... s některýma seniorama, je opravdu těžká práce... (EK7/17)*

EK se dále nelíbí, že někteří senioři už dávno zapomněli, že byli také mladí, v opačném pohledu respondentce PB naopak vadí, že se někteří senioři chtějí k mládí po fyzické stránce opět vracet, a nesouhlasí s používáním moderních prostředků k udržení dobré fyzické kondice.

- *„Někteří jsou se sebou pořád nespokojení, mají potřebu se pořád vylepšovat, dokonce pořád chodí na ty různé plastické operace [ukazuje na obličej], nechávají se všude možně vycpat [úsmev]nebo si myslí, že když se namalují, tak něco na své kráse vylepší, no, ale já myslím, že je to o ničem... protože jak pomalu přichází věk, tak to má člověk brát a být takový, jaký je a tak je to nejlepší.“ (PB7/17)*

Celkový názor na otázku, co respondenty na seniorech zaujalo, koresponduje s úvahami o tom, jací chtějí jako senioři být. Tyto úvahy se zabývají pozitivním myšlením, aktivním životem a smysluplnou činností s důrazem na jejich soběstačnost a nezávislost.

- *„Já chci být stále aktivní, samostatná, veselá, společenská a soběstačná...“ (MP6/17)*

- „Chtěla bych být stále natolik schopná a sebe obslužná, abych ještě dlouho nemusela nikoho obtěžovat...“(MS7/17)

- „Stále se snažím určit a stanovit si priority ve své činnosti, potřebuji mít pocit, že to, co dělám, je k něčemu dobré, nerada bych dělala nějakou činnost zbytečně.“(VS7/17)

4.7.5 Senior v roli dobrovolníka v sociální práci

Osobnost všech respondentů se prolínala všemi výzkumnými rozhovory. Jejichž tématem byly hodnoty, vlastnosti a schopnosti důležité pro dobrovolnou činnost seniorů.

Všichni respondenti považují u dobrovolné činnosti za prioritní umět na svoji osobnost zapomenout a postavit klienta do centra svého zájmu. Jako základní pojmy zmiňují slova, jako jsou empatický přístup, být trpělivý, umění naslouchat druhému a chuť k dobrovolné činnosti. Respondentka PB si myslí, že dobrovolník by měl být dobrým diplomatem.

- „...důležité je, aby byl trpělivý a chtěl dát tomu druhému něco dobrého ze sebe ... svoje problémy si nepřipouštět ... a v dobrovolnictví neřešit svoje záležitosti.“(EK6/17)

- „v dobrovolnictví neexistuje, abyste byl sobec.“(VS6/17)

- „...musíte se s tím vším umět vypořádat a nesmíte se nechat ze začátku odradit... já jsem se postupně praxí naučila přehazovat téma.“(PB7/17)

Ve srovnávání mladších dobrovolníků a dobrovolníků z řad seniorské populace a hledání „přidané hodnoty“ z řad seniorů-dobrovolníků považuje respondentka MP seniory-dobrovolníky pracující v sociálních službách za ty, kteří mají větší pochopení a osobní nadhled, což je dáno bohatšími životními zkušenostmi.

U ostatních dotazovaných respondentů nestojí v hodnocení nikdo výš. Mladší dobrovolníci i senioři-dobrovolníci v sociální práci jsou si rovnocenní. Mezi nejdůležitější aspekty v dobrovolnické činnosti byla řazena osobnost dobrovolníka.

Tyto respondenti v rozhovorech uvedli, že nepovažují osobnost seniora-dobrovolníka za kvalitnější, či dokonce významnější, než osobnost jiného, mladšího dobrovolníka v sociální práci.

- „...někteří ty mladí jsou opravdu hrozni, ale to jsou někteří staří lidé taky. Takže to není snadné ani věkem, ale jsem přesvědčená, že je to spíš tím, jak se člověk dokáže vžít a vcítit do toho druhého člověka.“(PB7/17)

- „...vždycky to záleží hlavně na tom člověku, jaký opravdu je.“(VS7/17)

Každý z respondentů jmenoval různé životní hodnoty, jejich společným jmenovatelem byl v pojmu „zůstat živý“. Pro respondentku EK to znamená neztratit zájem o svět kolem nás a nežít ve svém uzavřeném světě. Respondentka VS si přeje naplnit svůj život smysluplnou činností. Respondentka PB hovoří o své živé víře a své životní hodnoty spatřuje v aktivní křesťanské činnosti a jeho Desateru. Všichni respondenti si zejména cení své rodiny, mezi nejdůležitější považují úctu a citové vazby. Žádný z dotazovaných respondentů není zatížen shromažďováním materiálních statků. Nejen v rozhovorech, ale i při pozorování budí respondenti dojem skromnosti a pokory. Jejich svět se může zdát díky jejich aktivitám někdy až hektický, zakládají si však na své vnitřní pohodě.

- „je to přirozený zájem [pauza] pomáhat lidem, všem lidem ... Chovat se k sobě slušně.“(EK7/17)

- „Pomáhat bližnímu svému, tak jak to řekl Ježíš. Znáte to?[pauza] Takové jsou moje životní hodnoty, podle kterých se snažím řídit.“ (PB6/17)

- „Mně nejvíce záleží na těch mých malých vnučkách, aby se jim jejich život vydařil a tady v tom dobrovolnictví, abych byla ráda, abych měla dobrý pocit, že ta činnost, kterou tady dělám, je k něčemu dobrá, abych prostě to vše nedělala jen tak zbytečně.“(VS7/17)

4.7.6 Vlastní význam pro seniora dobrovolníka

Sami klienti se při otázce: „proč se dobrovolníci věnují této činnosti“, zaměřují na praktickou stránku celé věci. Klienti JG a BM spojují důvod pro dobrovolnou činnost dotazovaných respondentů primárně s jejich dovednostmi. Celkově však nad tímto tématem klienti nepřemýšlejí a dobrovolnou činnost berou jako přirozenou součást ve svém pobytovém zařízení.

- „Dělá toho pro nás holka až moc... jsme rádi, že za námi chodí... to nám vyprávěla, že má nějaký ten kurz, tak že ví, jak na nás.“(JG6/17)

- „Protože jí baví s námi malovat.“ (BM7/17)

- „Ani mě nenapadlo o tom přemýšlet.“ (VH6/17)

Životní svět klientů se stává inspirací pro životní svět respondentů. Klienti se dále zamýšlí nad otázkou, co respondentům může jejich společnost přinést - ve většině případů uvádějí hmotné věci, kterými by chtěli respondenty obdarovat.

- „Na památku jsem jí dala dva ubrousky [pozn. stolní prostírání, které klientka vyšívala].“ (VH6/17)

- „já jsem tu začala malovat tyhle obrázky a Věrce se vždy moc líbí, alespoň mi to říká... tak jí vždycky říkám, ať si nějaký [pozn. nabízené obrázky] vezme na památku.“ (BM6/17)

Klienti si nedávají dobrovolnou činnost respondentů do souvislosti s vyššími potřebami seniorů-dobrovolníků. Při dalším výzkumu v oblasti dobrovolné činnosti respondentů, zkoumajícím osobnější vztahy nebo nemateriální vazby, se tohoto tématu dotkli klienti VH a BM. Oba zmínili osamělost. Kontakt respondentů s klienty by podle dvou klientů mohl vyplnit respondentčiny možné nedostatky v citové či sociální oblasti.

- „Ano, stali se z nás blízké přítelkyně, ... v domku žije osamocená jen s pejskem a kočkou.“ (VH6/17)

- „Aha, tak ona žije samotná. Vím, že má dceru, ale ta žije s manželem někde daleko.“ (BM6/17)

4.7.7 Máme svůj svět

Svůj vlastní svět si respondenti hlídají. Ve všech rozhovorech je zřetelné uvědomění si výlučnosti vlastního životního světa, jehož součástí je primárně rodina (v užším, či širším významu u každého z nich).

Respondenti jsou aktivní v odlišných oborech dobrovolné práce, celková názorová podstata na otázku hranic vlastního světa byla totožná. Profesní hranici osobně nechápou jako významnou překážku k přátelství. Jsou si však vědomi vlastní soukromé hranice, jejího začátku a konce, hranice soukromého života a dobrovolné činnosti. Taková situace však u všech od začátku nebyla.

U respondentky PB došlo při preventivní supervizi k přehodnocení stávajícího stavu a uvědomění si, jak se jí téma hranic osobně dotýká a přehodnotila tak svůj přístup ke klientce.

Respondentky VS a MS mají povědomí o tom, že si má každý pracovník, dobrovolník pracující v sociálních službách, chránit svůj vlastní svět, jejich přesvědčení vychází z vlastních životních zkušeností. V tomto případě zde byla významná doba, po kterou se respondentky věnovaly své dobrovolné činnosti. Všichni respondenti se dobrovolnictvím věnují dlouhodobě, mají bohaté zkušenosti s komplexní dobrovolnou činností, které jim pomáhají při utváření sociálních vztahů s klienty.

- „...kdo to chce opravdu dělat naplno, musí si stanovit hranice, jsou časté případy, kdy Vás mají klienti tendence využívat nad rámec stanovené péče.“ (PB7/17)

- „...já je naopak do svého soukromí pouštím, nechám je, ale nahlédnout jen někam... Svoji intimitu a blízké rodinné vztahy si chráním, každý člověk musí mít určitou rezervu, jinak by to odnesla jeho rodina. Každý člověk, ne jenom pečující ošetřovatel–dobrovolník, si musí nechat část svého soukromého života jen pro sebe.“ (MS6/17)

- „To se člověk v dobrovolnictví postupem času naučí, co a v jaké míře si může dovolit ke klientům... Je nemyslitelné splnit klientům všechno, co si během dne na mě vymyslí.“ (EK7/17)

- Dobrovolnice EK a VS se dále zmiňují o hranici ve smyslu uvědomění si, co a kolik jsou toho schopny v dobrovolnické práci samy zvládnout. „...máme toho tolik, že další dobrovolnou činnost už bychom nezvládly.“ (EK7/17)

- „Ve svém věku už bych dělat žádnou vedoucí pozici nechtěla, mám zdraví jenom jedno a snažím se šetřit... Jsem ve věku, ve kterém už vím, že není možné všechno zvládnout.“ (VS6/17)

Výborné zdraví, pohodu a dobré rodinné zázemí označily respondentky za primární aspekty ke kvalitně vykonávané dobrovolnické práci. V případě, že se tyto aspekty začnou vytrácet nebo měnit, dochází k narušení standardní harmonie světa respondentů–dobrovolníků a samotné dobrovolnictví se pro respondenty může stát zátěží.

Bezprostředně vznikají situace, které kladou na respondenty časové nebo psychické nároky, které se dále projevují na činnosti v dobrovolnické práci, jež se poté stává pro dobrovolníky druhořadou. Respondenti k takové situaci nepřístupují s nasazením se zvýšenou energií, s pracovním cílem: „Teď musím přidat a všechno to nakonec zvládnou“, ale ve většině případů se částečně nebo úplně vyváží ze svých závazků i přesto, že jsou pro ně přínosné a zaměří tak svou veškerou energii na svůj nově vzniklý problém.

- „...když budu mít dobré zdraví a bude ještě nějaká síla ... podle toho ... jaké nastanou v životě okolnosti...“(PB6/17)
- „Přestanu s tím, až budu opravdu vědět, že už na to nemám sílu.“(VS7/17)
- „Žádné velké problémy mě zatím netrápí. V případě, že se dostaví...nechám toho.“(MP7/17)
- „...Jakmile nejste v pohodě, je lepší, když zůstanete doma. Osobně tam chodím jen... když jsem optimisticky naladěná. Ale když mám sama své problémy, tak tam raději nejdu.“(MS6/17)

4.7.8 Aktivní a pozitivní senior

Respondenti přijali svůj odchod do důchodu a období „seniorství“ jako svoji přirozenou součást životního běhu s nadhledem.

- „...být stále mladí, to prostě není možné.“(PB6/17)
- „Vím dobře, jak se cítím a jaké mám datum narození.“(EK6/17)
- „...když jsem odcházela ze zaměstnání, oni pořád přemlouvali, abych ještě zůstala, ale a já jim na to jasně říkala: „Podívejte se - ne, ty žáci už si zaslouží někoho z mladší generace, já už jsem přece jenom, jak se říká „za zenitem“. Ráda bych se teď věnovala lidem ve své věkové kategorii a starším lidem než jsem já.“(VS7/17)

Respondentka MP přiznala, že s přijetím své nové role seniora měla zpočátku potíže. Přála si původně pokračovat v práci ve svém původním zaměstnání, to jí však pro snižování stavu zaměstnanců nebylo umožněno.

- „V té době mi to bylo moc líto, byla jsem přesvědčená o tom, že bych mohla být ještě užitečná a udělat v mém zaměstnání spoustu práce...“

U respondentů proběhlo přijetí „seniorství“ rozdílným způsobem, všichni se však shodli v názorovém přesvědčení, že věk a samotný výraz senior v dnešní době o ničem nevypovídají. Mezi seniory poukazují na individuální osobnostní rozdíly a zdůrazňují jedinečnou osobnost každého člověka.

- „...na věku opravdu nezáleží... každý člověk je tak starý, jak se cítí.“(PB6/17)
- „Jsou mezi námi senioři, se kterými se cítíte velmi dobře a nezáleží na tom, kolik jim je let.“(EK6/17)

Všechny respondentky uvedli, že ve svém „seniorství“ nacházejí výhody usnadňující jejich život. Zmiňují také výhody v oblasti materiální podpory, ale hlavně hovoří o svých vlastnostech, které mají možnost s přibývajícím věkem rozvíjet. V souvislosti s ním někteří respondenti hovoří o uvolněnosti v seniorském věku. Nemají povinnost podávat pracovní výkony, stačí jen „být“ a plánovat své životní aktivity. Svě „bytí“ však neztotožňují s pasivitou nebo životní rezignací, naopak období „seniorství“ jim přináší širokou škálu možností věnovat se aktivitám, na které dříve nebyl čas.

- „...čím jsem starší, tím více jsem spokojenější a vyrovnanější ve své životě...“(PB7/17)

- „Já se domnívám, že stářím se člověk stává vnitřně vyzrálějším... a také klidnějším, trpělivějším a někdo také pokornějším jedincem.“(MS6/17)

- „...když už jsem konečně v důchodu, můžu se tomu svému dobrovolnictví plně věnovat.“(VS7/17)

- „...mohu si organizovat svůj volný čas, už se nemusím doma realizovat a nikdo mě také neúkoluje a nehodnotí...“(MP7/17)

Všichni respondenti jsou ve svém třetím věku dostatečně vytíženi a radí se k aktivní seniorské populaci. Kromě dobrovolnické činnosti se věnují také dalším svým oblíbeným aktivitám. Respondentky EK a VS uvádějí, že v současné době je jejich život dostatečně naplněný aktivní činností v dobrovolnictví a další novou aktivitu by již nemohly zvládnout.

- „...trávím tam stejně času, jako v bývalém zaměstnání.“ (VS6/17)

- „...současně s tím mám ještě další zájmy a víc bych už nezvládla.“(EK6/17)

Názory na to, co se respondentkám na seniorské populaci líbí, jsou srovnatelné s úvahami o představách, jakými chtějí být v budoucnosti seniorkami. Takové úvahy jsou spojené s pozitivním myšlením, aktivním životem a smysluplnou činností s důrazem na vlastní soběstačnost a životní nezávislost.

- „Já chci být stále aktivní, doma samostatná, veselá ve společnosti a v životě soběstačná...“(MP7/17)

- „Chtěla bych se co nejdéle ovládat natolik, abych svoji rodinu neobtěžovala...“(MS6/17)

- „*Chtěla bych, se naučit stanovit si jasně priority, abych tak měla pocit, že to, co se snažím dělat, je k něčemu dobrý.*“ (VS6/17)

4.7.9 Osobnost dobrovolníka v sociální práci

Osobnost respondentů se prolínala ve všech provedených rozhovorech. Hovořili jsme o životních hodnotách, schopnostech a vlastnostech, které jsou důležité pro dobrovolnou činnost. Pro respondenty jsou u dobrovolné činnosti důležité schopnosti, jako je umění na svoji osobnost na chvíli zapomenout a postavit tak klienta do centra zájmu. Shodují se na slovech jako empatie, trpělivost, umění naslouchat a chuť k dobrovolné činnosti. Respondentka PB si myslí, že každý dobrovolník musí jednat se svými klienty diplomaticky.

- „*...musí být hlavně trpělivý a chtít dát něco ze sebe tomu druhému... svoje problémy nechat... neřešit svoje věci.*“ (EK7/17)
- „*Musí dát také něco druhým..*“ (VS6/17)
- „*...na začátku je každý trochu zaskočený, ale to se musí překonat a nakonec se naučí pouštět spoustu věcí z hlavy ven...musíte vyslechnou různé problémy a tíživé životní situace* (PB6/17)

V porovnávání mladších a seniorských dobrovolníků považuje respondentka MP seniory-dobrovolníky za ty, kteří disponují pochopením a nadhledem díky bohatším životním zkušenostem. U ostatních dotazovaných respondentů nebyl zmíněn rozdíl mezi staršími a mladšími dobrovolníky. Senioři i mladší dobrovolníci tak stojí na rovnocenné úrovni, neboť důležitou roli hraje osobnost člověka.

Respondentky nepovažují „JÁ“ dobrovolníka-seniora za kvalitnějšího či významnějšího než osobnostní „JÁ“ jiných dobrovolníků.

- „*...víte, někteří jedinci, ať to jsou mladí nebo staří, jsou k nesnesení.*“ (PB6/17)
- „*...každý máme jinou povahu.*“ (VS6/17)

Respondenti jmenovali různé životní hodnoty, jejichž společným jmenovatelem byl aktivní životní styl.

Pro respondentku EK to znamená zájem o dění ve společnosti, v níž žije. Respondentka VS hledá smysl svého života v pomoci druhým lidem. Respondentka PB

hovoří o své víře a životních hodnotách spojenými s Desaterem. Respondentky si primárně cení své rodiny a mezi nejdůležitější životní aspekty považují citové vazby a úctu.

Materiální hodnoty nepovažují za nejdůležitější ve svém životě a při rozhovorech a pozorování jsou zřetelné znaky jejich skromného života a pokory. Respondentky prožívají mnohdy velmi aktivní život, spojený s vnitřní pohodou.

- „*Ráda se setkávám s lidmi a bavím se s nimi... Chovat se ke druhým tak, jak bychom chtěli, aby se oni chovali k nám.*“(EK7/17)

- „*Je jeden Bůh, v něho budeš věřit. Nevím, jestli víte, jak to pokračuje. Já věřím a snažím se podle víry i žít.*“(PB6/17)

- „*Jsem ráda, že mám vnučku a byla bych ráda, kdyby se jí v životě dobře vedlo. Byla bych ráda, aby všechno co dělá, mělo nějaký smysl*“(VS6/17)

4. 8 Dotazování ze strany klientů

Mezi klienty a respondenty vznikl vztah, který klienti považují za důvěrný a přátelský. Kromě klienta BM si klienti s respondenty tykají a oslovují se zdrobnělými křestními jmény. Z rozhovorů a pozorování bylo zřetelné, že mezi nimi vznikl blízký vztah.

- „*Stali se z nás kamarádky ...Ona mi nahradila moji maminku.*“(VH7/17)

- „*Říká mi pořád, že mě má ráda a to víte já ji taky.*“(VK7/17)

- „*Paní Blaženka nás navštěvuje v úterý. Nemůžu se dočkat, když má přijít.*“(BM7/17)

4.8.1 Dobrovolná činnost seniorů a její smysl pro klienty

Pro klienty se stali respondenti důležití z hlediska jejich návštěv, jsou těmi osobami, které za nimi chodí a které si na ně udělají čas. Neméně významnou roli zde hraje citová a sociální stránka. Obsah společné činnosti zde není rozhodujícím faktorem. Stejně je to u věku respondentů, resp. příslušnost k věkové kategorii seniorů. Ten nebyl pro klienty významný.

- „*Jakmile za námi přijdou, všechno jde stranou, my se na ně moc těšíme a povídáme si a děláme spolu jiných věcí...to oni vždycky s něčím přijdou.*“(VH6/17)

- „*Já už jsem si na ní tak zvykla, je to moje radost... Byla bych moc ráda, kdyby za mnou chodila častěji... Přijďte se za mnou podívat klidně i Vy*“(VK6/17)

- „*To je výborné, že to tady pro nás udělala, všichni se sejdeme a popovídáme si a přitom cvičení se i pořádně zasmějeme* [pozn. Jedna respondentka vede kroužek trénování paměti], *většina z nás tam chodí moc ráda... já myslím, že je to pro tu naši hlavu moc dobré.*(JG6/17)

4.8.2 Význam dobrovolné činnosti pro seniora-dobrovolníka

Jestliže se klienti vůbec zmiňují a zamýšlí se nad tím, proč se respondenti věnují dobrovolné činnosti v sociální práci, zaměřují se většinou na praktickou stránku věci. Klientky JG a BM spojují důvod dobrovolné činnosti respondentů v jejich domově seniorů s jejich dovednostmi. Celkově však klienti nad tímto tématem nepřemýšlejí a dobrovolnou činnost respondentů berou jako součást svého současného života.

- „*Dělají to opravdu dobře a je dobré že sem chodí... celé to tady oživí.*“(JG7/17)
- „*chodí sem asi proto, že nás má ráda...*“ (BM7/17)
- „*Nevím, už je prostě taková, kdyby nechtěla, tak to dělat nebude...* (VH7/17)

Klienti si dobrovolnou činnost respondentů nedávají do souvislosti s jejich vyššími potřebami. Při podrobnějším dotazování na otázku, jestli by v dobrovolné činnosti respondentů nemohlo být také něco osobnějšího, nemateriálního, se k tomuto tématu vyjádřili KL a JP. Oba se zmínili jistou osamělost respondentů.

4.8.3 Respektování seniora dobrovolníka a jeho životního světa

Všichni klienti si dostatečně uvědomují, že respondenti mají nejen svůj vlastní život, rodinu a s nimi spojené povinnosti, ale také ostatní zájmy. Respektují situace, kdy se respondentům nepodaří přijít na sjednanou návštěvu. Takové situace si dokáží vysvětlit racionálně, bez negativních emocí, spíše s pocitem lítosti.

- „*...vím, že toho má v práci někdy moc.*“ (VH7/17)
- „*...koncem měsíce toho má hodně, to se nedá nic dělat.*“(VK7/17)
- „*...vím, že až to dodělá tak za mnou přijde, to ona je taková.*“(JG7/17)
- „*To víte, to nejsem ráda. To jí pak něco, vždycky udělám pro radost.*“ (BM7/17)

4.9 Dotazování jednotlivých členů v rodině

U každého člena rodiny v tomto výzkumu byl zaznamenán odlišný postoj k dobrovolné činnosti respondentů. Vznikla zde určitá hierarchie, která začíná aktivní podporou s povzbuzováním k dobrovolnictví respondentů v sociální práci (rodinný člen HŠ) a dále přechází do tzv. chápavého souhlasu a možnosti věnovat se této dobrovolné činnosti (rodinný člen HL) a je ukončena smířením se s její činností (rodinný člen MK).

4.9.1 Souhlas rodinných příslušníků s dobrovolnou činností respondentů

Dotazovaní respondenti se věnují dobrovolné činnosti dlouhodobě, jejich rodinní příslušníci tak měli možnost získat dostatečné množství informací a zkušeností s tím, co dobrovolná činnost jejich respondentů obnáší.

- *„My jsme doma rádi, že někam jde... Sám jí říkám, ať tam chodí pravidelně,... dobře vím, že je to pro její život důležité, ona to prostě tak má a potřebuje to k životu.“(HŠ7/17)*

- *„Ona dělá v důchodu to, co dělala vždycky, připadá mi, že se u ní nic nezměnilo, ona se takové smysluplné činnosti vždycky ráda věnovala... jsem rád, že nás navštěvuje a udělá si kromě jejího dobrovolnictví čas také na svoji rodinu. Myslím, že je báječný vzor pro naše dcery a její vnučky.“(HL7/17)*

Dobrovolnou činnost respondentů podporují ve větší míře členové rodiny HL a HŠ, kteří nebydlí ve společné domácnosti s respondentem. Svůj vlastní život žijí odděleně ve vlastní domácnosti, jiném domě či bytě a dále mimo region v jiném místě. Dobrovolnou činnost respondentů tak považují za vhodnou možnost sociálního kontaktu a jejich smysluplného vyplnění času. Rodinný člen ZB žije s respondentem ve společné domácnosti a jeho dobrovolnou činnost podporuje s ohledem na určitou hranici.

- *„...byla jsem od dětství vedená k tomu, abych se o rodinu a chod domácnosti dokázala postarat. Jsem ráda, že si maminka našla aktivitu, která jí baví a proto jí nechci zatěžovat pomocí v domácnosti.“(HL7/17)*

- *„Snažíme se sem jezdit na návštěvy a něco pomoci, jak můžeme, ale jsme s manželem dost pracovně vytížení... proto jsme moc rádi, že si našla další smysl svého života...“(HŠ7/17)*

- *„Trochu mně vadilo, když k nám chodila každý víkend,...co má to svoje dobrovolnictví, zlepšil se také vztah mezi námi“(MK7/17)*

5. INTERPRETACE POLOSTRUKTUROVANÝCH ROZHovorŮ

Ve výzkumném šetření na základě polostrukturovaných rozhovorů bylo zjištěno, že senioři-dobrovolníci jsou díky sociální práci aktivní seniorskou populací.

V přirozenosti každého člověka je chtít udržovat si to, co máme rádi, co nám vyhovuje, naplňuje nás a zároveň se vyhýbat nechtěnému. Aby se stala dobrovolná činnost v sociální práci součástí světa, ve kterém žijí senioři-dobrovolníci, udržitelnou, vytváří si primárně základní ochranné strategie, jimiž senioři-dobrovolníci podporují svou životní stabilitu a emocionální harmonii. Stanovení hranic ve vztazích s klienty považují senioři-dobrovolníci za nutné a oddělují od sebe svůj soukromý život a dobrovolnou činnost. Reálně hodnotí své časové fyzické i psychické možnosti. Přijímají do svého životního světa dobrovolnou činnost v oblasti sociální práce jako smysluplnou aktivitu a díky svým životním zkušenostem a dlouhodobému působení v oblastech dobrovolnictví si uvědomují také její úskalí. Jsou si plně vědomi skutečnosti, že dobrovolná činnost v sociální práci je životní cestou k naplnění, která nemá být pro seniora vyčerpávající aktivitou.

Senioři ke své činnosti dobrovolníka v sociální práci potřebují stabilní rodinné klima společně s fyzickou a psychickou pohodou. Rodina je významným aspektem v oblasti životního světa seniora-dobrovolníka činného v sociální práci. Rodina a její stabilita u seniorů-dobrovolníků zaujímá výlučné postavení, je prioritním místem, pokud jde o poskytování jakékoli pomoci. Senioři-dobrovolníci jsou připraveni vymezit pro svoji rodinu jakýkoli prostor, který v jejich životě zabírá dobrovolná činnost v případě, že nastane situace, v níž bude jejich pomoc v rodině zapotřebí.

Senioři-dobrovolníci vnímají heterogenitu seniorů a odmítají skupinu ostatních pasivních a negativně smýšlejících seniorů. Díky pocitu, že jejich svět je živý, přispívá jejich dobrovolná činnost ve všech oblastech sociální práce ke smysluplné aktivitě. Senior-dobrovolník se tak cítí být lepším seniorem, ve svém životě vidí smysl a považuje ho za zcela plnohodnotný.

6. ZÁVĚRY A DOPORUČENÍ

Z názvu „Senior jako dobrovolník v sociální práci“ vyplývá, že rigorózní práce je primárně postavena na třech pilířích - senior, jeho život v seniorském věku a jeho dobrovolná činnost.

Hlavním pilířem rigorózní práce je samotná osobnost seniora, představitele poslední etapy ontogenetického vývoje a celospolečenské populační pozapomínání, hovoří-li se o jeho dalším vzdělávání, osobní seberealizaci, sebevědomí či seberozvoji. Práce je věnována životnímu světu seniora, který se rozhodl stát se dobrovolníkem v sociální práci.

Teoretická část práce je zaměřena na osobnost typického českého seniora a jeho vymezení s určením, kdy přesně začíná období seniorského věku, jehož stanovení není jednoduché. Nelze očekávat jasné a jednoduché odpovědi, ale poskytují na jedno téma více názorových pohledů. Práce mapuje, jak se s vývojem naší společnosti či s proměnlivou změnou kultury mění pohled na seniora a období stáří a jak se mění samotná osobnost seniora. Seniorům v naší společnosti už nestačí „nějakým způsobem dožít“, stále více jedinců ze seniorské populace si uvědomuje své potřeby. Uvědomění si vlastních potřeb v seniorském věku je důležitým mezníkem v rovnocenném a respektovaném vztahu mezi lidmi ve zdravé společnosti.

V kapitole o dobrovolnické činnosti je definována základní pojmová struktura s konkrétní specifikací dobrovolné činnosti seniorů v oblasti sociální práce, z historie po současnost. Součástí této kapitoly je také oblast motivace seniorů k této činnosti a specifika práce se seniory-dobrovolníky. S ohledem na demografický vývoj seniorské populace lze předpokládat, že se dobrovolnictví seniorů bude dále rozvíjet nejen ve všech oblastech sociální práce, ale přesáhne i její pomyslné hranice.

V praktické části řeší rigorózní práce otázky:

1) *Jaké hodnoty přináší seniorům dobrovolnictví v sociální práci v oblasti prohloubení sociálních kontaktů, fyziologických změn, psychologického rozvoje, duchovního rozvoje a celému jejich životu v období seniorského věku.*

2). *Jaké dopady má na seniory dobrovolnická práce v jejich seniorském věku.*

Dotazovaní respondenti jsou „odborníci“ na jejich vlastní svět v období seniorského věku, na svět ve kterém žijí a který tato práce podrobně mapuje.

V první fázi výzkumu proběhlo s dotazovanými respondenty, seniory-dobrovolníky v sociální práci dotazníkové výzkumné šetření, které se zabývalo otázkou č. 1. Výsledné šetření prokázalo kladný vliv na seniory působící v dobrovolnictví v sociální práci a to, jak v oblasti prohlubování sociálních kontaktů, fyziologických změn, oblasti psychologického rozvoje a duchovního naplnění při výkonu sociální práce.

V druhé fázi výzkumu se seniory dobrovolníky, jejich klienty a rodinnými příslušníky byly s dotazovanými respondenty vedeny polostrukturované hloubkové rozhovory, v nichž dotazovaní respondenti odpovídali na otázky související s otázkou č. 2. Odpovědi všech dotazovaných respondentů byly hlasově zaznamenány, získané údaje zpracovány do výzkumných podkapitol. V těchto podkapitolách jsou uvedeny tematicky vybrané odpovědi, společně se závěrečným vyhodnocením k jednotlivým rozhovorům.

- Práce dospěla k níže uvedeným závěrům, které se tak stávají primární odpovědí na obě základní výzkumné otázky. Jako součást závěru jsou uvedena zpracovaná doporučení z evropských případových studií, jejichž koncept je zmíněn v teoretické části práce a samotné případové studie z pěti evropských států a z jednoho mimoevropského státu, Japonska, jsou uvedeny v Příloze č. 1 jako příklady zapojení seniorů-dobrovolníků ve vybraných státech.

Výsledky z obou fází výzkumného šetření prokazují pozitivní výsledky dobrovolné činnosti seniorů v sociální práci. Mohou představovat vhodné opatření k zabránění nebo snížení sociálního vyloučení. Dobrovolná činnost může mít pozitivní vliv na:

- předcházení pocitu izolace, který je často považován za jeden z nejzávažnějších sociálních problémů v souvislosti se sociálním vyloučením;
- zlepšování individuálního zdravotního (fyzického a psychického) stavu, identifikovaného jako jeden z hlavních rizikových faktorů pro sociální vyloučení;

- budování nových kontaktů a sociálních sítí, které mohou poskytnout sociální podporu a mohou být viděny jako předpoklad podpory u sociálního začleňování do společnosti jako celku;

- rozvíjení nových dovedností a schopností na úrovni jednotlivce i na společenské úrovni (veřejná sféra), které mohou usnadnit přístup k sociálním službám, senior získává novou sebedůvěru a sebeúctu prostřednictvím osobního rozvoje a (veřejné) uznání vlastní práce a aktivity.

Senioři-dobrovolníci jsou ze své podstaty velmi aktivní skupinou. Starají se o kvalitní prožívání svého života a svůj život chtějí aktivně žít. V dobrovolné činnosti dotazovaní senioři spatřují smysluplnou aktivitu, která se stala plnohodnotnou součástí jejich života, a proto si ji zvolili jako nedílnou součást ve svém životním světě. Díky ní získávají senioři pocit, že se jejich svět stal živým.

Dobrovolná činnost v sociální práci seniorům přináší další životní směr. Nejenže ji chápou jako dobře využitý čas, ale současně tak dostávají prostor pro svoji další seberealizaci, v níž se cítí užiteční a mají tak možnost navázat nová přátelství. Uspokojují tak své vyšší potřeby v sociální oblasti. Senioři-dobrovolníci se tak udržují v dobré psychické kondici a mají možnost získat nové zkušenosti, odborné znalosti a stát se součástí nových prožitků.

Dobrovolná činnost seniorů-dobrovolníků v sociální práci není jen strategií v udržování se v dobré kondici. Senior-dobrovolník se při dobrovolných aktivitách stále učí novým poznatkům, rozvíjí svoji osobnost a má možnost naplnit svůj život bohatstvím, kterým zdokonaluje svůj vlastní životní svět.

Senioři-dobrovolníci vnímají vlastní seniorskou heterogenitu, kterou rozdělují na dvě skupiny: „my aktivní a ti druzí doma“. „My aktivní“ představují aktivní a pozitivně naladěné seniory ve třetím věku, se kterými se cítí být ztotožnění, zatímco „ti druzí doma“, mají opačné charakteristické smýšlení o životě, jenž aktivní senior-dobrovolník v sociální práci odmítá.

Senioři-dobrovolníci se cítí být lepšími seniory na základě pocitu, že je jejich životní svět stále živý a přispívá k němu právě dobrovolná činnost v sociální práci jako důležitá smysluplná aktivita. Jejich život tak získal nový smysl a považují ho za zcela plnohodnotný.

- **Poučení z osvědčených postupů v sociální práci se seniory dobrovolníky**

Poznatky z případových studií (uvedených v Příloze č. 1) ilustrují výhody a pozitivní účinky dobrovolnictví v sociální práci, a to jak na individuální, tak i společenské úrovni. Sociální integrace, vývoj nových společenských vztahů a vzájemných podpůrných struktur, jsou hlášeny členy dobrovolnických skupin.

Dobrovolnictví nabízí seniorům možnost rozšířit své sociální sítě, jež mohou v případě své potřeby v budoucnu využít. Tím se zabrání sociální izolaci, osamělosti a povzbuzuje se sebeurčení a více nezávislý pohled na život. Kromě toho mají senioři-dobrovolníci větší pocit sounáležitosti, získají lepší sebevědomí, což je ve společnosti vnímáno jako další významný výsledek dobrovolnické činnosti seniorů. U náboru je zásadní tyto pozitivní výsledky využít k motivačním účelům, pokud jde o nalezení nových dobrovolníků. S ohledem na cílovou skupinu u těchto projektů jsou speciální faktory umožňující nábor (především v seniorské oblasti) uvedeny níže.

Nízkoprahový přístup k činnosti v dobrovolnické organizaci je po seniory nezbytný, což může být realizováno například tím, že vytvoříme otevřenou a příjemnou atmosféru. Opatření a iniciativy by měly vycházet a být zakotveny z dominujících tradic u konkrétních zemí a z obecné kultury dobrovolnictví. Velmi často jsou také silně spojeny s místními tradicemi. Rekrutování, motivace dobrovolníků a vytváření nových opatření vyžadují úzkou úvahu o těchto specifických podmínkách a také zapojení v sítích a organizacích (pečující organizace, náboženské instituce), které působí v místním prostředí dobrovolníků. To zdůrazňuje význam místní úrovně a integračních opatření v komunitě.

Je důležité nabídnout možnosti pro flexibilní způsoby účasti (například krátkodobé projekty nebo zjevně definované, zvládnutelné úkoly). Nabídka flexibilního dobrovolnictví je také způsobem, jak přesvědčit seniory, aby se stali aktivními.

Taková opatření jsou zvláště důležitá pro cílovou skupinu ve výše uvedených projektech, které by mohly u seniorů ihned přejít do dlouhodobých aktivit. Mezi další motivační faktory u dobrovolnosti patří nezávislost a sebeurčení.

Jít s vývojem je velmi důležité pro získávání nových dovedností a schopností (pomocí počítače, zlepšení sociálních kompetencí, povědomí o nových právních předpisech).

Dalším faktorem úspěchu je úcta a uznání, které jsou důležité pro delší závazek k dobrovolné činnosti. S ohledem na to, že v projektu je rovněž důležitý podnět - nabízet možnost předávání zkušeností a dále rozvíjet něčí talenty. To může udržet seniory motivované. Je nutná základní (finanční) podpora od institucí a obcí, jakož i účinná spolupráce zúčastněných stran na místní úrovni. Tato zpráva ukazuje analýzu vztahu mezi sociálním začleněním a dobrovolnictvím u seniorů, to, že dobrovolnictví může být ve skutečnosti vhodným opatřením ke snížení rizika nebo zabránění sociálnímu vyloučení u starších osob, vystavených hlavním rizikovým faktorům, jako je stáří, zdravotní omezení nebo izolace. Dobrovolnictví může vést nejen k účasti na činnosti, ale také k lepší integraci a začlenění do společnosti.

Dobrovolnictví ve všech generacích hraje důležitou roli v politickém programu Evropské unie a situace v členských státech je považována za zásadní pro soudržnost společnosti. Ta se však velmi liší v kontextu historických, kulturních, sociálně-ekonomických a politických podmínek. Tyto podmínky mají silný vliv na politické programy a dobrovolnické strategie.

Typ sociálního režimu, úroveň ekonomického rozvoje, jakož i stav rozvoje občanské společnosti hrají důležitou roli v dobrovolnické účasti. To znamená, že se míra účasti seniorů do dobrovolnické činnosti liší v různých zemích EU, při přechodu ze severu na jih je nejvyšší míra angažovanosti v severní Evropě. Co se týče pozitivních účinků dobrovolnictví, a to nejen u seniorů-jednotlivců má celá společnost jako celek prospěch z rostoucí míry dobrovolníků mezi seniory ohroženými sociálním vyloučením, což by mohlo být významným příspěvkem na sociální soudržnost společnosti.

Případové studie (uvedené v Příloze č.1) odhalují příležitosti k realizaci těchto cílů a ukazují, jak mohou výše uvedená opatření zabránit izolaci, vedou k sociální integraci a zároveň poskytují příležitosti k získání zdravotního přínosu a rozvíjení kompetencí. Nicméně případové studie ukazují, že nelze považovat žádnou dobrovolnickou činnost za samozřejmou.

Větší počet citlivých skupin seniorů v dobrovolnických činnostech se nachází ve vyšších věkových skupinách, v nichž jim jejich fyzická omezení nastavují „přirodní“ meze.

To je obzvláště hlášeno u nových členských států EU, kde je průměrná délka života výrazně nižší. Na druhou stranu je obecně nábor dobrovolníků výzvou, protože se tyto skupiny často ve své životní dráze dobrovolnických aktivit neúčastnily a obvykle nejsou obdařeni prostředky, které slouží jako předpoklad pro přijetí do dobrovolné činnosti.

To znamená, že u těchto skupin musí vzniknout zvláštní formy oslovení, jakož i u osobních kontaktů, které pomáhají motivovat seniory, čímž pro seniory umožňují „nízkoprahový“ kontakt, aby se připojili k dobrovolnické činnosti a propojili tuto činnost s osobními zkušenostmi, schopnostmi a místním prostředím.

Navíc aktivní dobrovolná práce koreluje s úrovní vzdělání, rodinou, ekonomickým stavem a domácím příjmem. Osobní finanční prostředky mají silný vliv na dobrovolnictví v sociální práci. U seniorů je riziko sociálního vyloučení zastoupeno v dobrovolných činnostech, a to nejen jako u příjemců, ale zejména jako účinná látka v opatření iniciativ a projektů. Členové dobrovolných organizací často poukazují na seniory-dobrovolníky, kteří se potřebují ke své činnosti v dobrovolných aktivitách realizovat podle svých zájmů, schopností a dostupného času v různých fázích svého života.

V důsledku toho se objevily v průběhu posledního desetiletí měnící se vzory, formy a aktivity v dobrovolnictví, včetně přechodu od dobrovolnictví do aktivit s větším smyslem pro povinnost a závazky k vyššímu zapojení do krátkodobých činností. Strategie na podporu dobrovolnictví ve stáří by měly brát v úvahu tento vývoj a vypořádat se s tím, že větší dostupnost času po odchodu do důchodu nemusí nutně korelovat s obecnou povinností investice a realizace v dobrovolnictví v sociální práci.

Smysl pro sociální sounáležitost a příslušnost ke komunitě je silně v dobrovolnictví prosazován. Zvýšené sociální kontakty, lepší sociální povědomí, jakož i rozvoj kompetencí pro další aktivní společenskou účast lze opět prokázat v přínosu vycházejícího z dobrovolné činnosti. Lze předpokládat, že i změny ve vnímání sebe sama a sebehodnocení jako důsledek nových schopností a dovedností potřebných pro život, vedou k aktivnější účasti v komunitě a ve společnosti vůbec.

Dokonce i tam, kde je nedostatek empirických údajů o seniorech, ohrožených sociálním vyloučením, zejména z dostupných studií, které jsou zaměřené i na další znevýhodněné skupiny nebo menšiny (nezaměstnaných, postižených chudobou nebo etnických menšin), jsou tendence tyto výzkumy potvrdit.

Vhodným opatřením pro boj s pocity vlastní izolace je právě dobrovolnictví v sociální práci.

Vzhledem k profesnímu a osobnostnímu zaměření určitého seniora lze využít jeho dovedností a osobního rozvoje, podpořit jeho sebeúctu a sebevědomí, což může dále celkově přispět k posílení a podpory jednotlivce v celé společnosti. Celkově lze říci, že tím, že senior poskytuje služby (v mnoha případech v sociálně vyloučené skupině)

podle náročných stereotypů, s lidmi z různého prostředí a společenských vrstev, má pro jeho osobnost práce v dobrovolnictví širší dopad na příznaky a příčiny sociálního vyloučení.

Ale na druhou stranu by tyto pozitivní výsledky neměly zastřít skutečnost, že dobrovolnictví může sociální práce prohloubit, nebo naopak potenciálního dobrovolníka v dobrovolnictví odradit, protože - jak je uvedeno výše - senioři, kteří dělají dobrovolnou práci, se ve většině případů řadí mezi ty s vyššími příjmy a vyšším vzděláním. Senioři-dobrovolníci nemají vždy potřebnou kvalifikaci pro práci se znevýhodněnými skupinami, které mohou vést k silnějšímu zdůraznění rozdílů v sociální komunikaci, a to hlavně v souvislosti s hlavními rizikovými faktory, zejména s ohledem na nedostatek sociálního zapojení.

- **Evropské klíčové sdělení pro politiky a doporučení pro vlády**

V souvislosti s demografickými změnami by se dobrovolnictví vitálních seniorů v sociálních službách mělo stát nenahraditelnou hodnotou pro dobrovolnický sektor a pro soudržnost společnosti jako celku by mělo být uznáváno.

Strategie a programy na podporu a posílení dobrovolnického sektoru by se měly zaměřit spíše na motivování a integraci nových skupin seniorů (například zranitelných - rizikových skupin a osob ohrožených sociálním vyloučením), jelikož tyto skupiny nepatří ke klasickým cílovým skupinám zapojených do dobrovolné činnosti. Zvláštní podmínky často představují překážky k jejich dobrovolnictví.

Motivace a přijímání, nízkoprahové hodnoty pro zadávání dobrovolnické aktivity v sociální práci, stejně jako příležitosti pro rozvoj dovedností a schopností jsou považovány za zásadní. Povzbuzování většího počtu seniorů, aby dobrovolně přispěli svojí činností v oblasti dobrovolnictví v sociální práci, by nemělo vést ke znehodnocení profesionální práce.

To také znamená, že by se kampaně na podporu dobrovolnictví měly vyhnout instrumentalizaci, nalézt citlivě rovnováhu, zaměřit se na individuální a společenské přínosy a uznání ekonomické hodnoty dobrovolnictví.

- **Evropské doporučení pro obce a místní orgány**

Základní podpora ze strany institucí a obcí je zásadní pro udržení dobrovolné struktury. Hraje důležitou roli v základní podpoře a rozvoji iniciativ, je základem jejich podpůrné struktury a poskytuje prostor, který nabízí prohlubování vztahů s veřejností a poskytuje základní finanční podporu. Mají-li být iniciativy a opatření udržitelné, je nutná účinná spolupráce mezi zúčastněnými subjekty na místní úrovni. Obce mají postavení jádra v síťových procesech a mohou nabídnout platformu pro výměnu a základní jednání mezi zúčastněnými stranami.

Obce hrají důležitou roli při poskytování podpory a služeb na různých společenských úrovních a mají také dobrý přístup k různým zranitelným skupinám. Snahu motivovat a získávat nové dobrovolníky u seniorů ohrožených sociálním vyloučením by měly využít již fungující stávající struktury a organizace, které mají zkušenosti se sociálním vyloučením obecně. Podpora dobrovolnictví je a bude důležitým úkolem pro obce s primárním cílem zajistit kvalitu života. To také vyžaduje více pravomocí veřejné správy pro integraci těchto snah do celkové strategie podpory sociálního začleňování a na výzvy spojené se stárnutím společnosti.

7. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BACÍK, František; KALOUS, Jaroslav; SVOBODA, Jiří a kol. Kapitoly ze školského managementu. Praha: Univerzita Karlova. Pedagogická fakulta, 1998. 378 s. ISBN 80-86039-49-8.

BIBLE: Písmo svaté Starého a Nového zákona. 2. katolické vyd. Praha: Zvon, 1991. 284 s. ISBN 80-7113-009-5.

BLECHA, Ivan. Filozofie. 3. obr. a rozí. vydání. Olomouc: Nakladatelství Olomouc, 1998. 291 s. ISBN 80-7182-069-5.

BROMLEY, Denis B. Psychológia ľudského starnutia. Bratislava: Smena, 1974.

BUMBÁLEK, Milan. *Stáří a osamělost*. In MUHLPACHR, Pavel. (ed) *Schola gerontologica*. 1. vyd. Brno: M. U, 2005. 316 s. ISBN 80-210-3838-1.

ČÍŽKOVÁ, Jitka a kol. *Přehled vývojové psychologie*. 1. vyd. Olomouc: UP, 2001. 177 s. ISBN 80-7067-953-0.

DESANTI, Jean, T. Fenomenologie a praxe. Praha: Svoboda, 1966. 112 s.

Dětství, rodina a stáří v dějinách Evropy. Praha: Panorama, 1990. 475 s. ISBN 80-7038-011-X.

DISMAN, Miroslav. Jak se vyrábí sociologická znalost. 3. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze – nakladatelství Karolinum, 2005. 287 s. ISBN 80-246-0139-7

DRAGOMIRECKÁ, Eva. *Analýza údajů Domovů pro seniory: Výzkumná zpráva*. Katedra sociální práce FF UK, 2015.

DRAGOMIRECKÁ, Eva. *Prediktory kvality života ve vyšším věku*. Dizertační práce. Praha, 2007.

DRAGOMIRECKÁ, Eva., PRAJSOVÁ, Jitka. *WHOQOL - OLD : příručka pro uživatele české verze dotazníku Světové zdravotnické organizace pro měření kvality života ve vyšším věku*. Praha: Psychiatrické centrum Praha, 2009. ISBN 978-80-87142-05-9.

ERIKSON, Erik, H. Životní cyklus rozšířený a dokončený. Praha: Nakladatelství. Lidové noviny, 1999. 129 s. ISBN 80-7160-291-X.

ERIKSON, Erik, H. *Životní cyklus rozšířený a dokončený*. Praha: NLN, 1999. 128 s. ISBN 80-7106-291-X.

FRIČ, Pavol a kol. Dárcovství a dobrovolnictví v České republice: výsledky výzkumu NROS a AGNES. Praha: NROS, 2001. 116 s. ISBN 80-902633-7-2.

GRŮN, Anselm. Umění stárnout. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009. 144 s. ISBN 978-80-7195-316-6.

GUARDINI, Romano. Životní období. Jejich etický a pedagogický význam. Praha: Zvon, 1997. 101 s. ISBN 80-7113-189-X.

HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helany. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004. 77s. ISBN 80-7178-303-X.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Brain team, 2010. 401 s. ISBN:9788087109199.

HENDL, Jan. *Úvod do kvalitativního výzkumu*. Praha: Karolinum, 1999. 280 s. ISBN 80-246-0030-7.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. 408 s. ISBN 80-7367-040-2.

Hospic sv. Jana N. Neumanna. Aktivní senioři – nezbytná součást hospicové péče. In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 106 - 110. Dostupné také z WWW: <<http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>>. ISBN 978-80-87110-9.

HORSKÁ, Pavla; KUČERA, Milan; MAUR, Eduard; SLOUKAL, Milan. *Dětství, rodina a stáří v dějinách Evropy*. Praha: Panorama, 1990. 475 s. ISBN 80-7038-011-X.

HRABAL, Vladimír. *Výchova jedince k aktivnímu stáří* In *Knihovnické služby starým lidem a výchova k úctě ke stáří*. 1. vyd. Praha: 1983. Státní knihovna ČSR. 181 s. SIP 41909/04684.

HRABĚ, Jiří. Zpráva o životní úrovni seniorů. *Elán plus*, roč. II., vydáno 15. 9. 2007, s. 8,9. ISSN 1802-5692.

HUCKOVÁ, Arita. Vnímání programu Senioři vítáni očima příslušníka cílové skupiny. In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 134. Dostupné také z www: <<http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>>. ISBN 978-80-87110-9.

HUDLIČKA, Petr. *Prožívání – Zkušenost – Životní svět aneb O cestách do světa na zkušenou*. Praha: TRITON, 2003. 180 s. ISBN 80-7254-323-7.

CHLOUBOVÁ, Helena. *Změny potřeb ve stáří*. Zpravodaj pro management rezidenčních zařízení, 2005. 1. roč., č. 2.

JANDOUREK, Jan. *Úvod do sociologie*. 2 vyd. Praha: Portál, 2009, 232 s. ISBN 9788073676445.

JEDLIČKA, Václav a kol. *Praktická Gerontologie*. Brno: IVPZ, 1991. ISBN 80-7013-109-8.

JIRÁSKOVÁ, Věra a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. 1. vyd. Praha: EUROLEX BOHEMIA, 2005. 200 s. ISBN 80-86861-80-5.

KADEŘÁBKOVÁ, Jaroslava. Význam programu pro rozvoj aktivní participace seniorů na komunitním životě. In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 136. Dostupné také z WWW:<<http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>>. ISBN 978-80-87110-9.

KALVACH, Zdeněk; ZADÁK, Zdeněk; JIRÁK, Roman; ZAVÁZALOVÁ, Helena; SUCHARD, Petr. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Garda, 2004. 865 s. ISBN 80-247-0548-6.

KALVACH, Zdeněk. *Úvod do gerontologie a geriatric*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997. 175 s. ISBN 80-7184-366-0.

KOPECKÁ, Marie. Předmluva. In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 8 - 9. Dostupné také z [www: <http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>](http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf). ISBN 978-80-87110-9.

KOPECKÁ, Marie. Závěr. Krátké ohlédnutí za programem. In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008a. s. 130 - 131.

KOLDINSKÁ, Kristina. *Sociální právo*. 2. vyd. Praha: C. H. BECK, 2013. ISBN: 978-80-7400-474-2.

KREBS, Vojtěch. *Sociální politika*. Praha: 1 vyd. Praha: ASPI. ISBN: 978-80-7478-921-2.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada Publishing, 1998. 132 s. ISBN 80-7169-551-3.

KUBALČÍKOVÁ, Kateřina. *Expertíza pro cílovou skupinu „senioři“*. Podkladový materiál pro proces komunitního plánování sociálních služeb ve městě Brně. Brno, 2006. Dostupné také z [www: <http://www2.brno.cz/download/osp/1197449279.doc>](http://www2.brno.cz/download/osp/1197449279.doc)

K čemu slouží duševní aktivita ve stáří? *Psychologie dnes*, 2006, roč. 12, č. 7, s. 7-8. ISSN 1212-9607.

KUMPEL, Q. *Sociálně psychologické aspekty stárnutí a stáří* In *Knihovnické služby starým lidem a výchova k úctě ke stáří*. 1. vyd. Praha: 1983. Státní knihovna ČSR. 179 s. SIP 41909/04684.

LAŠEK, Jan. Kapitoly ze sociální psychologie I. Hradec Králové: Gaudeamus, 2003. 116 s. ISBN 80-7041-533-9.

LAŠEK, Jan. Kapitoly ze sociální psychologie. Hradec Králové: Gaudeamus, 2003. 116 s. ISBN 80-7041-533-9.

Lidové noviny, 1999. 129 s. ISBN 80-7160-291-X. FRIČ, Pavol a kol. Dárcovství a dobrovolnictví v České republice: výsledky výzkumu NROS a AGNES. Praha: NROS, 2001. 116 s. ISBN 80-902633-7-2.

MAJEROVÁ, Věra a kol. *Český venkov 2004. Život mladých a starých lidí*. 1. vyd. Praha: Česká zemědělská univerzita v Praze, 2005. 174 s. ISBN 80-213-1281-5

MAŠKOVÁ, Miroslava. Věková struktura populace, regionální rozdíly - jak pracovat s demografickou informací. In *Postavení a diskriminace seniorů v České republice*. Sborník z mezinárodní konference MPSV dne 25. 11. 2005. 1. vyd. Praha: MPSV, 2005. 138 s. ISBN 80-86878-52-X.

MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. 1. vyd. Praha: Portál, 2003. 288 s. ISBN 80-7178-549-0.

Město Krásná Lípa. Nejaktivnější senioři budou v Krásné Lípě: Komunitní centrum Českého Švýcarska. In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 62 - 68. Dostupné také z WWW: <<http://www.os.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>>. ISBN 978-80-87110-9.

Město Nové Hrady. Společně pro město. In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 52 - 59. Dostupné také z WWW: <<http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>>. ISBN 978-80-87110-9.

Městská knihovna Sedlčany. „Jsem senior na Sedlčansku a mám zkušenosti. Zn. Chcete je využít?“ In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 34 - 42. Dostupné také z www: <<http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>>.

MORGAN, David L. *Ohniskové skupiny jako metoda kvalitativního výzkumu*. 1. vyd. Boskovice: Albert, 2001. 100 s. ISBN 80-85834-77-4.

MÜHLPACHR, Pavel., STANIČEK, Petr. *Pedagogika pro speciální pedagogy*. 1. vyd. Brno: MU, 2001. 116 s. ISBN 80-210-2510-7.

Občanské sdružení Chalupění. Dřevěnka – prostor aktivních činností. In *Senioři vítáni: sborník případových studií* Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 88 -95. Dostupné také z www: <<http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>>. ISBN 978-80-87110-9.

PACOVSKÝ, Vladimír., HERMANOVÁ, Hana . *Gerontologie*.1. vyd. Praha: Avicenum, 1981. 299 s. ISBN 80-244-0879-1.

PACOVSKÝ, Vladimír. O stárnutí a stáří. Praha: Avicenum, 1990. 136 s. ISBN80 – 201- 0076 -8.

PETŘKOVÁ, A., ČORNAČIČOVÁ, R. *Gerontogogika*. 1. vyd. Olomouc: UP, 2004. 93 s. ISBN 80-244-0879-1.

PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. Soužití se staršími lidmi. Praha: Portál, 1998. 157 s. ISBN 80-7178-184-3.

PRŮŠA, Ladislav.; DOHNALOVÁ, Marie. Sociální ekonomika. 1. vyd. Praha: Wolters Kluwer. 2011. ISBN 978-80-7357-573-1.

Praha: Ambulance pro poruchy paměti, 2002. 47 s. ISBN 80-238-9506-0.

RABUŠIC, Ladislav. Česká společnost stárne. Brno: Masarykova univerzita. Filozofická fakulta; Georgetown, 1995. 193 s. ISBN 80-210-1155-6 (Masarykova univerzita). ISBN 80-901601-2-5 (Georgetown).

SAGAN, Leonard. A. The Healt of Nations: True Causes of Sickness and Well-Being. New York: Basic Books, 1987. 234 s. ISBN 0465028934.

SAK, Petr a Karolína KOLEŠÁROVÁ. Sociologie stáří a seniorů. Praha: Grada, 2012. Sociologie. 113 s. ISBN 978-80-247-3850-5.

Senioři vítáni: sborník případových studií. Praha: Otevřená společnost, 2008.140 s. Dostupné také z WWW: <<http://www.osf.cz/download/files/seniorivitani.pdf>>.ISBN 978-80-87110-9.

Senioři vítáni: sborník případových studií. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 130 - 131. Dostupné také z WWW: <<http://www.osf.cz/download/files/seniorivitani.pdf>>.ISBN 978-80-87110-9.

SHEEHYOVÁ, Gail. Průvodce dospělostí: šance a úskalí druhé poloviny života.Praha: Portál, 1999. 455 s. ISBN 80-7178-185-1.

SRNEC, Jan. Smysluplný život neutíká tak rychle. *Psychologie dnes*, 2008, roč. 14, č. 12, s. 57 - 58. ISSN 1212-9607.

STRAUSS, Anselm; CORBINOVÁ, Juliet, M. Základy kvalitativního výzkumu:postupy a techniky metody Zakotvené teorie. Boskovice: Albert, 1999. 197 s.ISBN 80-85834-60-X.

STUART – HAMILTON, Ian. Psychologie stárnutí. Praha : Portál, 1999. 320 s.ISBN 80-7178-274-2.

STRAUSS, Anselm.; CORBINOVÁ, Juliet. M. *Základy kvalitativního výzkumu*.

1. vyd. Brno: Sdružení Podané ruce, 1999. 197 s. ISBN 80-85834-60-X.

SUCHARD, Petr. Geriatrie a gerontologie Praha: Garda, 2004. 865 s. ISBN 80-247-0548-6.

SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří. Kapitoly z gerontosociologie*. 1. vyd. Praha: Slon 2007. 285 s. ISBN 978-80-86429-62-5.

ŠIKLOVÁ, Jiřina. Jiřina Šiklová: slovo na úvod. In *Senioři vítáni: sborník případových studií*. Praha: Otevřená společnost, 2008. s. 9. Dostupné také z [www: <http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf>](http://www.osf.cz/download/files/seniori-vitani.pdf). ISBN 978-80-87110-9.

ŠIKLOVÁ, Jiřina. Diskriminace stárnoucí generace žen v ČR a genderagemainstreaming. In *Postavení a diskriminace seniorů v České republice*. Sborník z mezinárodní konference MPSV dne 25. 11. 2005. 1. vyd. Praha: MPSV, 2005. 139 s. ISBN 80-86878-52-X.

ŠIKLOVÁ, Jiřina. Staří lidé nejsou parazité. *Elán plus*, roč. II., vydáno 15.9.2007, ISSN 1802-5692.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda. Idea aktivního stáří. In. IVANOVÁ, K., KRÁLOVÁ, J. (ed.) *Sociálně právní ochrana a pomoc seniorům ve zdraví a nemoci*. 1. vyd. Olomouc: UP, 2003. 84 s. ISBN 80-244-0696-9.

ŠTASTNÝ, O. Konec života může být barevný a důstojný. *Vitalplus*. číslo 3, r. 2008, ročník II. Evidenční číslo MK ČR E 17957.

ŠVANCARA, Josef. *Psychologie stárnutí a stáří*. 2. přeprac. vyd. Praha: SPN, 1983. 112 s. ISBN 17-097-83.

ŠVARŤÍČEK, Roman; ŠEĐOVÁ, Klára a kol. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2007. 378 s. ISBN 978-80-7367-313-0.

TOMEŠ, Igor a KOLDINSKÁ, Kristina *Sociální právo Evropské unie*. Praha: C.H.Beck, 2003. ISBN 80-7179-831-2.

TOMEŠ, Igor a kol. *Soc. správa*. Praha: Portál, 2002, 2009. ISBN 978-80-7367-483-0.

TOMEŠ, Igor *Obory sociální politiky*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-868-5.

TOMEŠ, Igor. Sociální politika. Praha. ASPI. 2010. ISBN 978-80-7478-941-0.

TOŠNER, Jiří; SOZANSKÁ, Olga., Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích. Praha: Portál, 2002. 150 s. ISBN 80-7178-514-8.

TOŠNEROVÁ, Tamara., Ageismus. Průvodce stereotypy a mýty o stáří.

TOŠNEROVÁ, Tamara., Americká babička chůvu nedělá. *Psychologie dnes*, 2005, roč. 11, č. 13, s. 8-10. ISSN 1212-9607.

TOŠNEROVÁ, Tamara., *Ageismus. Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 1. vyd. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, Ústav lékařské etiky 3. LF UK a FNKV Praha, 2002. 49 s. ISBN 80-238-9506-0.

VAŽUROVÁ, Helena., MUHLPACHR, Pavel., *Kvalita života*. 1. vyd. Brno:MU, 2005. 144s. ISBN 80-210-3754-7.

VAŽUROVÁ, Helena., MUHLPACHR, Pavel., *Kvalita života*. 1. vyd. Brno:MU, 2005. 144s. ISBN 80-210-3754-7.

VENGLÁŘOVÁ, Martina., *Problematické situace v péči o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007. 97 s. ISBN 978-80-247-2170-5.

VIDOVIČOVÁ, Lucie., Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti. Brno: Masarykova univerzita. Mezinárodní politologický ústav, 2008. 234 s. ISBN 978-80-210-4627-6.

VIDOVIČOVÁ, Lucie; RABUŠIC, Ladislav., Věková diskriminace – ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh. Praha, Brno: VÚPSV, 2005. 55 s. Výzkumné zprávy.

VIDOVIČOVÁ, Lucie., *Stárnutí, věk a diskriminace - nové souvislosti*. 1. vyd. Brno: MU, 2008. 234 s. ISBN 978-80-210-4627-6.

VIDOVIČOVÁ, Lucie., RABUŠIC, Ladislav., *Senioři a sociální opatření v oblasti stárnutí v pohledu české veřejnosti*. 67 l. Praha: VÚPSV, 2003

VYKOPALOVÁ, Hana., Stáří, jeho rizika a ohrožení. *Kriminalistika*, 2001, č. 1. ISSN 1210-9150.

ZICH, František; STRUHOVSKÝ, Václav., Zpráva z výzkumu Obdivuhodní senioři – názory seniorů. In *Obdivuhodní senioři: průvodce projektem. Průzkum na téma Senioři ve společnosti*. Ústí nad Labem: Dobrovolnické centrum, 2005 s. 48 – 71. Dostupné také z [www:<http://www.hest.cz/ruzne/Obdivuhodni_seniori.pdf>](http://www.hest.cz/ruzne/Obdivuhodni_seniori.pdf).

ZICH, František; STRUHOVSKÝ, Václav., Zpráva výzkumu: Obdivuhodní senioři – názory veřejnosti. In *Obdivuhodní senioři: průvodce projektem. Průzkum na téma Senioři ve společnosti*. Ústí nad Labem: Dobrovolnické centrum, 2005a. s. 30 – 46. Dostupné také z [www:<http://www.hest.cz/ruzne/Obdivuhodni_seniori.pdf>](http://www.hest.cz/ruzne/Obdivuhodni_seniori.pdf).

INTERNETOVÉ ZDROJE

90' ČT24, *Péče o seniory* [online]. 23.6.2017. [cit.4.11.2017]. Dostupné z <www.ceskatelevize.cz/ivysilani/11412378947-90-ct24/217411058130623>.

Dementia care in Japan is being solved through volunteer schemes, not government, In *The Guardian* [online]. 18.1.2014, [cit. 15.11.2017]. Dostupné také z WWW: <<https://www.theguardian.com/social-care-network/2014/nov/18/dementia-care-japan-community-volunteer-schemes>>,

<http://www.nytimes.com/2011/06/28/world/asia/28fukushima.html>.

Globální města přátelská seniorům : In *Ministerstvo práce a sociálních věcí*, [online]. 2009, s. 76 , [cit. 20.11.2017]. Dostupné také z WWW: <https://www.mpsv.cz/files/clanky/7980/WHO_age_friendly_cities_cz.pdf>. ISBN 978-80-7421-003-7.

How Japan stood up to old age: In *Financial Times*, [online]. 17.1.2014, [cit. 20.11.2017] Dostupné také z WWW: <<https://www.ft.com/content/07d4c8a8-7e45-11e3-b409-00144feabdc0>>.

Naděje dožití a průměrný věk[online]. In Praha: *Český statistický úřad. Poslední revize* [online]. 8.7.2008, [cit. 25.11.2017]. Dostupné z WWW:

<http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/nadeje_doziti_a_prumerny_vek>.

NĚMCOVÁ, Hana. *Důchodcům prodáváme až po deváté!*[online]. 10. 9. 2009,[cit. 25.11.2017]. Dostupné z WWW: <http://czechfolks.com/plus/2009/09/10/hana-nemcova-ducum-prodavame-az-po-devate/>.

Obdivuhodní senioři: průvodce projektem. In *Průzkum na téma: Senioři ve Společnost i*[online]. Ústí nad Labem: Dobrovolnické centrum. [online]. 2005. [cit.4.11.2017]. Dostupné z WWW: <http://www.hest.cz/ruzné/Obdivuhodni_seniori.pdf>.

Projekce obyvatelstva ČR do roku 2065[online]. In Praha: ČSÚ. 19.5.2009.

Poslední revize 9.10.2009, [cit. 9.11.2017]. Dostupné na

WWW:<<http://www.czso.cz/csu/2009edicniplan.nsf/p/402009>>.en.wiktionary.org/giregistr.

ZÁKONY

Zákon č. 198/2002 Sb. *Zákon o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů* (zákon o dobrovolnické službě), ČR 2014 [online]. Praha. Poslední revize 23.4.2014. [cit. 26.11.2017]. Dostupné na WWW: <<https://www.epravo.cz/.../zakon-ze-dne-23-dubna-2014-kterym-se-meni-zakon-c-198>>.

Zákon č. 101/2000 Sb, *Zákon o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů*, ČR 4. 4. 2000 [online]. Praha. Poslední revize 4.4.2014 [cit. 20.11.2017]. Dostupné na WWW:<<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-101>>.

Zákon č. 108/2006 Sb. *Zákon o sociálních službách*. In *Sbírka zákonů. Česká republika*. 2006, částka 37, s. 1257-1289. ISSN 1211-1244.

ZAHRANIČNÍ ZDROJE

AGE, *Promoting active ageing and intergenerational solidarity through senior volunteering*, Position paper, Brussels, 2009.

Ældremobilisering, *Hvorfor, hvordan, hvor længe og hvad så? Et øjebliksbillede af de frivillige i Ældremobiliseringens frivillighedsprojekt, April 2005*, Frederiksberg, Ældremobilisering, 2004.

[A fresh start for poor people. 2008 Report on poverty and social exclusion in Italy], Il Mulino, Bologna, 2008.

AGE, *Promoting active ageing and intergenerational solidarity through senior volunteering*, Position paper, Brussels, 2009.

[A fresh start for poor people. 2008 Report on poverty and social exclusion in Italy], Il Mulino, Bologna, 2008.

Bäcker, G., Naegele G. et al, *Sozialpolitik und soziale Lage in Deutschland*, 2. Bände, 4. Auflage, Wiesbaden, VS Verlag für Sozialwissenschaften, 2007.

BMFSFJ, *Freiwilliges Engagement in Deutschland 1999–2004*, Berlin, Bundestags-Drucksache, 2006b.

Bäcker, G., Naegele G. et al, *Sozialpolitik und soziale Lage in Deutschland*, 2. Bände, 4. Auflage, Wiesbaden, VS Verlag für Sozialwissenschaften, 2007.

BMFSFJ, *Freiwilliges Engagement in Deutschland 1999–2004*, Berlin, Bundestags-Drucksache, 2006b.

Cascio Toni PhD, Religious Organizations in Community Services. Hardback. 2003. ISBN 13 9780826115485 .

Caritas Italiana – Fondazione ‘E. Zancan’, *Ripartire dai poveri. Rapporto 2008 su povertà ed esclusione sociale in Italia*

Clemens, W. and Naegele, G., ‘Lebenslagen im Alter’, in Kruse, A. and Martin, M. (eds.), *Enzyklopädie der Gerontologie. Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht*, Bern, Huber, 2004, pp. 388–403.

Council of Europe, *Recommendation R (94) 9 of the Committee of Ministers to Member States concerning older people*, Strasbourg, 1994.

Caritas Italiana – Fondazione ‘E. Zancan’, *Ripartire dai poveri. Rapporto 2008 su povertà ed esclusione sociale in Italia*

Clemens, W. and Naegele, G., ‘Lebenslagen im Alter’, in Kruse, A. and Martin, M. (eds.), *Enzyklopädie der Gerontologie. Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht*, Bern, Huber, 2004, pp. 388–403.

Council of Europe, *Recommendation R (94) 9 of the Committee of Ministers to Member States concerning older people*, Strasbourg, 1994.

Barbara Fry, Barbara. RN, BN, Med. Fast Facts for the Clinical Nurse Manager, Second Edition. 2015. ISBN 13 9780826127884.

Erlinghagen, M., ‘Informelle Arbeit in alternden Gesellschaften. Möglichkeiten und Grenzen des produktiven Alterns’, in *Schmollers Jahrbuch*, Vol. 128, No. 2, 2008, pp. 238–260.

European Commission, *Joint report on social inclusion 2004*, Luxembourg, Publications Office of the European Union, 2004.

European Commission, *Confronting demographic change: A new solidarity between the generations, Green Paper, COM (2005) 94 final*, Brussels, 2005.

European Commission, *European social reality, Special Eurobarometer 273*, Brussels, 2007.

European Commission, *Poverty and social exclusion, Special Eurobarometer 321*, Brussels, 2009.

European Commission, *Proposal for a Council Decision on the European Year of Volunteering (2011)*, COM (2009) 254 final, Brussels, 2009.

European Commission, *Combating poverty and social exclusion. A statistical portrait of the European Union 2010*, Luxembourg, Publications Office of the European Union, 2010.

European Commission, *The social situation in the European Union 2009*, Luxembourg, Publications Office of the European Union, 2010.

European Volunteer Centre, *Volunteering in the Netherlands. Facts and figures report*, Brussels, 2007.

Ældremobilisering, *Hvorfor, hvordan, hvor længe og hvad så? Et øjebliksbillede af de frivillige i Ældremobiliseringens frivillighedsprojekt, April 2005*, Frederiksberg, Ældremobilisering, 2004.

Erlinghagen, M., 'Informelle Arbeit in alternden Gesellschaften. Möglichkeiten und Grenzen des produktiven Alterns', in *Schmollers Jahrbuch*, Vol. 128, No. 2, 2008, pp. 238–260.

European Commission, *Joint report on social inclusion 2004*, Luxembourg, Publications Office of the European Union, 2004.

European Commission, *Confronting demographic change: A new solidarity between the generations, Green Paper, COM(2005) 94 final*, Brussels, 2005.

European Commission, *European social reality, Special Eurobarometer 274*, Brussels, 2007.

European Commission, *Poverty and social exclusion, Special Eurobarometer 322*, Brussels, 2009.

European Commission, *Proposal for a Council Decision on the European Year of Volunteering (2011)*, COM(2009) 255 final, Brussels, 2009.

European Commission, *Combating poverty and social exclusion. A statistical portrait of the European Union 2010*, Luxembourg, Publications Office of the European Union, 2010.

European Commission, *The social situation in the European Union 2009*, Luxembourg, Publications Office of the European Union, 2010.

European Volunteer Centre, *Volunteering in the Netherlands. Facts and figures report*, Brussels, 2007.

Federal Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women and Youth (BMFSFJ), *Fünfter Bericht zur Lage der älteren*

Federal Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women and Youth (BMFSFJ), *Fünfter Bericht zur Lage der älteren*

Generation in der Bundesrepublik Deutschland: Potenziale des Alters in Wirtschaft und Gesellschaft. Der Beitrag älterer Menschen zum Zusammenhalt der Generationen, Berlin, Bundestags-Drucksache 16/2190 vom 6.7.2006, 2006.

GHK, *Volunteering in the European Union, Final Report*, Brussels, 2010.

Greenfield, E.A. and Marks, N.F., 'Formal volunteering as a protective factor for older adults' psychological well-being', *Journal of Gerontology*, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 59(5), 2004, pp. 259–265.

Generation in der Bundesrepublik Deutschland: Potenziale des Alters in Wirtschaft und Gesellschaft. Der Beitrag älterer Menschen zum Zusammenhalt der Generationen, Berlin, Bundestags-Drucksache 16/2190 vom 6.7.2006, 2006.

GHK, *Volunteering in the European Union, Final Report*, Brussels, 2010.

Greenfield, E.A. and Marks, N.F., 'Formal volunteering as a protective factor for older adults' psychological well-being', *Journal of Gerontology*, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 59(5), 2004, pp. 259–265.

Hank, K., Erlinghagen, M. and Lemke, A., *Ehrenamtliches Engagement in Europa: Eine vergleichende Untersuchung am Beispiel von Senioren*, Mannheim, University of Mannheim, 2005.

Hank, K. and Erlinghagen, M., 'Dynamics of volunteering', in Börsch-Supan, A. et al, *Health, ageing and retirement in Europe (2004–2007): Starting the longitudinal dimension*, Mannheim, MEA, 2008, pp. 238–245.

Hank, K. and Erlinghagen, M., 'Dynamics of volunteering in older Europeans', *The Gerontologist*, Vol. 50, No. 2, 2010, pp. 171–179.

Harlow, R.E. and Cantor, N., 'Still participating after all these years: A study of life task participation in later life',

Hoff, A., *Tackling poverty and social exclusion of older people – Lessons from Europe*, Working paper 308, Oxford, The Oxford Institute of Ageing, 2008.

Hank, K., Erlinghagen, M. and Lemke, A., *Ehrenamtliches Engagement in Europa: Eine vergleichende Untersuchung am Beispiel von Senioren*, Mannheim, University of Mannheim, 2005

Hank, K. and Erlinghagen, M., 'Dynamics of volunteering', in Börsch-Supan, A. et al, *Health, ageing and retirement in Europe (2004–2007): Starting the longitudinal dimension*, Mannheim, MEA, 2008, pp. 238–245.

Hank, K. and Erlinghagen, M., 'Dynamics of volunteering in older Europeans', *The Gerontologist*, Vol. 50, No. 2, 2010, pp. 171–179.

Harlow, R.E. and Cantor, N., 'Still participating after all these years: A study of life task participation in later life',

Hoff, A., *Tackling poverty and social exclusion of older people – Lessons from Europe*, Working paper 308, Oxford, The Oxford Institute of Ageing, 2008.

Institute for Volunteering Research, *Volunteering for all? Exploring the link between volunteering and social exclusion*, London, 2004.

Inger, Maleen B. (2014). "Aging in Urban Japan - Intergenerational Reading in Tokyo". *18 (1): 24-29*. doi : 10,1108 / WWOP-10-2013-0026 .

Institute for Volunteering Research, *Volunteering for all? Exploring the link between volunteering and social exclusion*, London, 2004.

Jessica A. Ritter, Jessica A. BSW, MSSW, PhD. 101 Careers in Social Work, Second Edition, 2014. ISBN 139780826129055.

Journal of Personality and Social Psychology, 71(6), 1996, pp. 1236–1250.

Jehoel-Gijsbers, G. and Vrooman, C., *Social exclusion of the elderly: A comparative study of EU Member States*, ENEPRI Research Report No. 57, Brussels, 2008.

Journal of Personality and Social Psychology, 71(6), 1996, pp. 1236–1250.

Japan Today. "Praying for a 'pokkuri' moment: No muss, no fuss". Japan Today. (Citováno: 2017-01-13).

Jehoel-Gijsbers, G. and Vrooman, C., *Social exclusion of the elderly: A comparative study of EU Member States*, ENEPRI Research Report No. 58, Brussels, 2008.

Kingston, Jeff (2011). *Contemporary Japan History, political and social problematic 1980* Wiley-Blackwell Publishing. p.43. ISBN 978-1-4051-9194-4 .

Larsen, J.E., *Fattigdom og social eksklusion. Tendenser i Danmark over et kvart århundrede*, SFI-Report 04:27, Copenhagen, Danish National Centre for Social Research (SFI), 2004.

Layte, R., Maître, B. and Whelan, C.T., Eurofound, *Second European Quality of Life Survey, Living conditions, socialexclusion and mental well-being*, Luxembourg, Publications Office of the European Union, 2010.

Larsen, J.E., *Fattigdom og social eksklusion. Tendenser i Danmark over et kvart århundrede*, SFI-Report 04:27, Copenhagen, Danish National Centre for Social Research (SFI), 2004.

Layte, R., Maître, B. and Whelan, C.T., Eurofound, *Second European Quality of Life Survey, Living conditions, social exclusion and mental well-being*, Luxembourg, Publications Office of the European Union, 2010.

McCurry, Justin (2015). "Japan Will be Model for Future Super-Ageing Societies". *The Lancet*. 386 (10003): 1523. doi : 10,1016 / S0140-6736 (15) 00525-5 .PMID26530607 .

Naegele, G., 'Politische und soziale Partizipation im Alter – 13 Thesen zu einer "dialogfähigen Reformdebatte"', in *Theorie und Praxis der sozialen Arbeit*, No. 2, 2008, pp. 94–101.

Naegele, G. (ed.), *Soziale Lebenslaufpolitik*, Wiesbaden, VS Verlag für Sozialwissenschaften, 2010.

Naegele, G., 'Politische und soziale Partizipation im Alter – 13 Thesen zu einer "dialogfähigen Reformdebatte"', in *Theorie und Praxis der sozialen Arbeit*, No. 2, 2008, pp.

Naegele, G. (ed.), *Soziale Lebenslaufpolitik*, Wiesbaden, VS Verlag für Sozialwissenschaften, 2010.

Ogg, J., 'Social exclusion and insecurity among older Europeans: The influence of welfare regimes', in *Ageing and Society*, Vol. 25, 2005, pp. 70–91.

Ogg, J., 'Social exclusion and insecurity among older Europeans: The influence of welfare regimes', in *Ageing and Society*, Vol. 25, 2005, pp. 69–90.

Szivós, P. and Giudici, C., *Demographic implications of social exclusion in central and eastern Europe*, Strasbourg, Council of Europe, 2004.

Szivós, P. and Giudici, C., *Demographic implications of social exclusion in central and eastern Europe*, Strasbourg, Council of Europe, 2004

Thyer, Bruce A. PhD, LCSW, BCBA-D, Monica G. Pignotti PhD, LMSW *Science and Pseudoscience in Social Work Practice*. Paperback. 2015. ISBN 13 9780826177681

Then, V., Stocktaking: *Evidence on volunteering of older persons from statistical studies*, Presentation at the Expert Group Meeting on Demographic Issues 'Volunteering of older persons and the role of public policies', Brussels, 11 March 2009.

Then, V., Stocktaking: *Evidence on volunteering of older persons from statistical studies*, Presentation at the Expert Group Meeting on Demographic Issues 'Volunteering of older persons and the role of public policies', Brussels, 11 March

2009.

Walker, A., 'A strategy for active ageing', *International Social Security Review*, Vol. 55, No. 1, 2002a, pp. 122–140.

Walker, A., 'The principles and potential of active ageing', in Pohlmann, S. (ed.), *Facing an ageing world –Recommendations and perspectives*, Regensburg, Transfer, 2002b, pp. 114–119.

Walker, A. and Walker, C. (eds.), *Britain divided: The growth of social exclusion in the 1980s and 1990s*, London, CPAG, 1997.

Walker, A., 'A strategy for active ageing', *International Social Security Review*, Vol. 55, No. 1, 2002a, pp. 122–140.

Walker, A., 'The principles and potential of active ageing', in Pohlmann, S. (ed.), *Facing an ageing world –Recommendations and perspectives*, Regensburg, Transfer, 2002b, pp. 114–119. Walker, A. and Walker, C. (eds.), *Britain divided: The growth of social exclusion in the 1980s and 1990s*, London, CPAG, 1997.

8. SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1: Věková populace v roce 1950

Graf č. 2: Věková populace v roce 1975

Graf č. 3: Věková struktura populace v roce 2000

Graf č. 4: Věková struktura populace v roce 2016

Graf č. 5: Prognóza věkové struktury na konci tohoto století

Graf č. 6: Průměrná doba roků strávených v důchodu

9. SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1: Počet zařízení pro seniory v ČR

Tabulka č. 2: Počet domovů pro seniory v jednotlivých krajích

Tabulka č. 3 : Výsledky šetření dotazovaných respondentů

10. SEZNAM PŘÍLOH

- Příloha č. 1. Příklady zapojení seniorů-dobrovolníků ve vybraných státech
- Příloha č. 2. Osnova polo strukturovaného rozhovoru pro seniory-dobrovolníky
- Příloha č. 3. Přílohy na vyžádání u autora práce
- Příloha č. 4. Otázky použité ve výzkumném šetření
- Příloha č. 5 Pobytové formy pro seniory v ČR
- Příloha č. 6 Zapojení seniorů dobrovolníků ve školním prostředí

Příloha č. 1. Příklady zapojení seniorů-dobrovolníků ve vybraných státech

Příklady zapojení seniorů dobrovolníků ve vybraných státech

Národní podkladové materiály a vybrané případové studie o dobrovolnictví seniorů v sociální práci v Evropě.

Německo

• Dobrovolnictví seniorů v sociální práci v Německu

V Německu je kvalitní vzdělání a efektivní propagace zaměstnání považována za klíčové prvky v boji proti prevenci chudoby a sociálního vyloučení. V důsledku ekonomického růstu a komplexního systému státních reforem je míra chudoby v Německu jedna z nejnižších v EU. Celkové riziko chudoby je zde ze sociálního hlediska poměrně nízké. Při podrobnějším pohledu na vývoj ohrožené příjmové skupiny chudobou je však zřetelný mírně se zvyšující rozdíl mezi západním a východním Německem. Ve zkoumaném období (2002 - 2005) se podíl osob, které jsou ohroženy rizikem chudoby, zvýšil o 3%. Údaje o riziku chudoby dětí, dospívajících a mladých dospělých ukazují také rostoucí ceny. Relativní příjmová chudoba u starších lidí je zde však téměř konstantní.

Základní sociální a bezpečnostní výhody orientované na potřeby ve stáří nebo v případě snížené schopnosti výdělečné činnosti jsou nástrojem pro předcházení chudoby ve stáří a jsou určeny k zajištění sociálně-kulturního životního minima.

Výhody pro seniory s nízkými příjmy nebo se sníženou schopností výdělku jsou financované z daní a jsou orientované na takové potřeby, které pomáhají předcházet zatěžování příjmů u jejich dětí. Jsou to základní bezpečnostní platby sociálního zabezpečení, nikoliv zákonné dávky důchodového pojištění. Nicméně je třeba poznamenat, že existují poměrně značné rozdíly mezi různými skupinami seniorů (BMFSFJ, 2006, online).

- **Dobrovolnictví v Německu**

Další posilování dobrovolnictví a občanské angažovanosti seniorů je považováno za důležitou strategii vyrovnávání se s výzvami u demografických změn. V Německu v současné době probíhá změna pohledu na stáří. Stále častěji je u starších lidí vyzdvihován potenciální přínos, než jejich omezení. Touto problematikou se zabývá zpráva Spolkového ministerstva pro rodinu, seniory, ženy a mládež.

Ve zprávě o situaci seniorů se výslovně uvádí, že z individuálního hlediska - v porovnání s dřívější generací - je mnohem lepší příležitost vést život podle svých vlastních životních plánů, cílů a osobních hodnot, být účastníkem společenského vývoje a aktivně se podílet na činnostech pro ostatní v místě svého bydliště (BMFSFJ, 2006, online). To se odráží i ve změně paradigmatu v práci se seniory, která zahrnuje tyto cíle: silnější integraci seniorů do společnosti; zvýšení celkové účasti seniorů; zvýšení solidarity uvnitř jednotlivých generací a mezi nimi; uvedení potenciálu starších osob k dobrému účelu a cíli s přihlédnutím k rozdílům v produktivitě jejich potenciálů.

Údaje o dobrovolné činnosti seniorů jsou k dispozici v různých studiích, ale vzhledem k různé velikosti vzorku a metodik vedou k rozdílným zjištěním a výsledkům. To ztěžuje přesný odhad a zapojení seniorů v dobrovolnictví. Rozdíly byly zaznamenány zejména v porovnání s celoevropským měřítkem, které odhalilo zapojení 10% obyvatelstva staršího 50 let činného v oblasti německého dobrovolnictví.

Německý průzkum analyzuje proud dobrovolnické aktivity v různých oblastech jejího zapojení. Zvláště zajímavé je to, že dobrovolnictví ve věku 60 – 69 let se zvýšilo od roku 1999 z 31% na 37%, i když je stále v mezinárodním srovnání Německo v dolní polovině rozsahu. Je tedy zřejmé, že v posledních letech došlo k výraznému nárůstu, nicméně je třeba vzít v úvahu, že se jedná o dobrovolnou činnost převážně s nepravidelným nebo dočasným charakterem. Ve sledování byla rovněž zaznamenána zvyšující se ochota k dobrovolné činnosti v sociální práci. V roce 1999 bylo kromě již zúčastněných osob zjištěno, že 13% seniorů by bylo ochotno se aktivně zapojit jako

dobrovolníci do sociální práce. Tento údaj se zvýšil v roce 2004 na 19% (BMFSFJ, 2006, online).

Preferovanými oblastmi u zapojených více než 60letých seniorů byly sport - cvičení, kostel - náboženství, sociální problematika, rekreace - sociální interakce, stejně jako kultura – hudba, hasičské a záchranné služby, práce s mládeží - vzdělání, škola - školka, zdravotnictví a spravedlnost – problematika delikvence hrála spíše podřadnou roli (BMFSFJ, 2006, online).

Analýza podle věkových skupin také ukázala velké rozdíly v úrovni dobrovolnictví. Z výzkumu dobrovolnické činnosti (BMFSFJ, 2006, online) a přesných dat byl zjištěný snižující se zájem o dobrovolnickou činnost s rostoucím věkem seniorů.

Zatímco ve věku 60 a více let se zabývalo dobrovolnou prací 30% lidí, ve skupině 60 - 69 let to bylo 37%. V této skupině seniorů se míra dobrovolnictví (ve srovnání s rokem 1999) zvýšila nejvýrazněji - o 6%. Ve skupině všech seniorů rozdíl a nárůst činil 4%.

Průzkum také vykazoval vyšší míru zapojení mladší kohorty seniorů. Podíl dobrovolníků starších 75 let značně klesá. Jedná se o 4,6% dobrovolníků u osob ve věku starších 75 let a výše. Německo je v této věkové kategorii pod evropským průměrem, který činí 5,3%.

Úroveň vzdělání je dalším důležitým a určujícím faktorem pro dobrovolnictví. V Německu pouze 5% dotázaných seniorů se základním vzděláním naznačilo, že dělají dobrovolnou práci.

Podíl osob se středoškolským vzděláním je 9%, s vyšším vzděláním 17%. Důležitým aspektem je stav jednotlivce, jeho zdraví a rozsah jeho dalších aktivit, které také hrají důležitou roli.

V souhrnu lze říci, že účast na dobrovolnické práci je nerovnoměrně a nedostatečně sociálně zastoupena a lidé jsou tak vystaveni možnému riziku sociálního vyloučení. Čím vyšší je vzdělání, povolání a ekonomické postavení člověka, tím více pravděpodobné je, že on nebo ona by měla být aktivně zapojena do dobrovolnictví. Podle studií společensky nerovný přístup k občanskému zapojení se stal dokonce výraznější až v posledních letech (BMFSFJ, 2006, online).

Kromě toho je více aktivně zapojených „mladých seniorů“ než „starců“, s větší účastí žen než mužů. V Německu je zřetelně pozorovatelný předěl a rozdíl mezi

„západním Německem“ a „nově“ sloučenými spolkovými zeměmi. Kromě toho by mohlo být prokázáno, že ti starší lidé, kteří se již aktivně podíleli na dobrovolné činnosti ve svých mladších letech, jsou také aktivní ve stáří (Erlinghagen, 2008).

Občanská angažovanost starších lidí je také v procesu změny. Pluralizace dobrovolnictví vedla ke vzniku nových forem a typů dobrovolnické práce, a tak se kromě klasických forem zapojení do sdružení stala součástí nových organizací a politických stran. To se stává zvláště zřejmé v oblastech jako je ekologie a kultura, školy, mateřské školy, zdraví, politika, stejně jako v sociální oblasti (například oblast pomoci).

Motivovat skupiny, které se dosud podílely na dobrovolnické práci jen v omezené míře, bude i nadále velkou výzvou. Pátá zpráva o situaci starších osob specificky poukazuje na nutnost usnadnit přístup a formy občanského zapojení, zejména pro sociálně slabé skupiny obyvatelstva, obyvatelé různých regionů, stejně jako členům různých národností a migrantům (BMFSFJ, 2006, online).

Důležitým předpokladem pro začleňování seniorů v sociální práci je nalézt citlivou rovnováhu mezi autonomií a povinnostmi a vytvoření nové kultury uznání za dobrovolnou práci.

- **Případová studie: „Senioři pomáhají seniorům“**

- **Obsah a cíle**

V roce 1986 založila specializovaná skupina lidí regionální organizaci (*Graue Panther*). Veřejně a aktivně propagovali důstojný život ve stáří. Mezi jejich klíčové aktivity byly návštěvy v domech s pečovatelskou službou (Dohled nad domovy s pečovatelskou službou a jejich klienty), informační setkání pro seniory, zdravotnictví, důchody a ošetřovatelství, založení seniorského poradního výboru (*Seniorenbeirat*) v Minden v severním Německu a zlepšení veřejné dopravy pro starší osoby. V roce 1995 z této základní organizace vznikla další nová seniorská asociace

(*MindenerSenioren-gemeinschaft Alte helfen Alten*). V roce 1997 bylo dokončeno a začalo fungovat nové centrum v Alten-Dorf. Skládá se z denního stacionáře a klubovny, v budově je v krásné zahradě 12 chráněných bytů určených pro seniory. Aktivita centra Alten-Dorf byla financována Annou Luise Altendorf. V roce 1998 se ve sdružení stalo základem a hlavním cílem iniciativy předcházení potřeby dlouhodobé péče o seniory v pokročilém věku.

Projekt vychází z terénních potřeb budovat obytné stavby s dobrovolnickou podporou založenou na dobrovolnické práci v sociálních službách, péči ze sousedství,

prevenci zdravotních problémů a závislosti, ošetrovatelské péči v pokročilém stáří, duševní pomoci, tělesné a sociální činnosti. Cílem je vytvoření komunity, ve které každý může hrát roli podle svých osobních schopností, a na základě ní vzniká organizace vzájemné pomoci pro seniory v pokročilém věku. Takové komunity se mohou stát členy také senioři dobrovolníci, kteří mají zájem o činnost v sociální práci.

Iniciativa formulovala tyto cíle v souladu svého motta: „I lidé bez prostředků, kteří žijí sami, nemusí za každou cenu vycházet do deštivého dne, ale je tu pro ně organizace, která jim poskytne podporu“. Je to v první řadě úsilí a pomoc směřovaná na starší osoby s omezenou mobilitou a seniory, kteří se nemohou ve svých čtvrtích účastnit společenského života bez pomoci.

K dosažení těchto cílů iniciativa nabízí služby a komplexní program. Patří mezi ně především tato činnost: udržuje nouzový rejstřík a připravuje nouzové karty s životně důležitými informacemi o lécích, kontaktech a podrobnostech o příbuzných, zajišťuje služby „domácí tísňové volání“ a poskytování poradenství v domovech s pečovatelskou službou, zprostředkování kontaktů na pečovatelské domy. Uspokojit potřebu pomoci s aktivitami běžného života lze částečně prostřednictvím vzájemné pomoci (služby nakupování, doprovod osoby se zdravotním postižením k lékaři, právní poradenství). Snaží se o zachování dopravní obslužnosti v takové míře, aby se členové mohli zúčastnit pořádaných akcí ve svém bydlišti (BMFSFJ, 2006, online).

- **Zapojení a účast**

Cílem této iniciativy je získat aktivní účast co největšího počtu seniorů-dobrovolníků se zájmem o sociální práci. Obecně platí, že asi 30 až 40 osob z celkového počtu 90 členů se zúčastnilo měsíčních plánovaných setkání, na kterých se programově rozhoduje, organizuje další činnost a přidělují se jednotlivé úkoly (viz níže). Pokud jde o dobrovolnost pomáhat ostatním, stává se hlavním cílem skupina velmi starých lidí. Iniciativa je po mnoho let úspěšnou při organizování pestré škály akcí a podpůrných opatření.

Cílovou skupinou této iniciativy jsou starší lidé ve věku 65 let a více, kteří žijí roky osamoceně ve svých domácnostech (především ovdovělé ženy) a přejí si společně organizovat svůj život ve stáří takovým způsobem, aby co nejdéle zůstali nezávislí a soběstační v takové míře, jak jen je to možné. Chtějí, aby si vzájemně pomáhali jeden druhému a aby nedošlo k závislosti na rodině, a to zejména ve stáří. Ti senioři, kteří

spojili své síly v rámci iniciativy, chtějí řešit hrozící problémy stáří tak efektivně, jak jen je to možné v oblasti bydlení, zdraví, nezávislosti a právních otázek.

Z tohoto důvodu mají obsáhlé informace o těchto otázkách a snaží se je předávat dalším zainteresovaným osobám. Vzhledem k jejich vysokému věku (průměr je 85 let), klesá jejich nezávislost a mobilita, jejich zdravotní problémy narůstají také proto, že žijí sami, členové cílové skupiny jsou ohroženy sociálním vyloučením.

Mnohé studie ukazují, že zejména ve stáří počet sociálních kontaktů klesá a sociální izolace se zvyšuje. Navíc, vzhledem k rostoucí mobilitě mladé generace, schází pro některé seniory praktická podpora.

Cílová opatření jsou podporována četnými politickými představiteli města Minden. Vzhledem k dlouhému trvání projektu vzniklo mnoho vztahů s politickými stranami a se zástupci obcí byly vybudovány nové vazby, které jsou velmi užitečné, pokud jde o uskutečňování cílů iniciativy. Na místní úrovni byly navázány kontakty s obcí, čtvrtí a obnoveno bylo mnoho starších kontaktů, které jsou užitečné pro životní podmínky osob zapojených v organizaci, např. síť lékařů a právníků, jež nabízejí svou podporu a pomoc, pokud nastanou složité a komplikované situace. Na straně obce je sociální závazek spolupráce plněn v příznivé kvalitě, neboť aktivně podporuje místní iniciativy pro seniory, a snižuje tak u občanů Minden strach z problematiky stárnutí (BMFSFJ, 2006, online).

- **Výsledky a efektivnost**

Prostřednictvím komplexní práce s veřejností, iniciativa zaměřuje pozornost na problematiku starších a velmi starých seniorů a osob, které často žijí osamoceni. Tato iniciativa má pozitivní vliv na sociální začlenění seniorů do sociální práce. Kromě kontaktu se svými rodinami mají senioři příležitost k výměně názorů s kolegy, trávit čas společně a získat nové dojmy, což se stává stimulací pro nové zájmy a umožňuje pokračování ve starších zálibách a zájmech. Základními možnostmi, které tato iniciativa nabízí, jsou lidé-dobrovolníci, s nimiž se dají uskutečnit společné aktivity.

Tak například senioři, kteří chtěli navštívit muzea či restaurace nabízející zahraniční kuchyně, jdou s těmito dobrovolníky jednou za měsíc do muzea nebo restaurace.

Dobrovolnická činnost je nejvyšší prioritou v rámci činnosti každé iniciativy. Snahou každé iniciativy je umožnit všem dobrovolníkům využít svých dovedností a potenciálu v ochranném a podpůrném prostředí. Vzájemná podpora mezi členy

obvykle automaticky vyplývá po mnoha letech strávených společně. Asi 40 členů z 90 provádí práce, jako jsou nákupy, návštěvy a řidičské služby, pomoc při organizování akcí a aktivit a jsou zapojeni do plánování programů a styku s veřejností. Účast v podpůrné skupině má následující pozitivní účinky pro jedince ve velmi pokročilém věku, který pracuje pro tuto iniciativu - orientuje se v situaci radikální změny (například po smrti manžela nebo v průběhu dalších důležitých životních událostí).

Vytvoření a význam nových životních fází (například: přechod do důchodu, smrt jednoho z manželů nebo při náhlé zdravotní postižení), začlenění do široké sítě non-familiárních společenských vztahů, které nabízejí emocionální, praktický a informační zdroj nebo v případě potřeby podporu. To vede ke stálému růstu poptávky cílové skupiny pro konzultace a informace. Vzhledem k dobrým kontaktům, které mají jednotliví členové s obcí, lékaři a dalšími institucemi - jeden z nich je předseda zastupitelstva za zájmy seniorů (*Seniorenvertretung*) - jsou požadavky seniorské populace velmi úspěšně plněny, jak ze strany „starých seniorů“, kteří potřebují dobrovolnickou činnost a jsou na ní mnohdy zcela odkázáni, tak ze strany seniorů-dobrovolníků, jež jsou stále schopni být pro společnost, v níž žijí, stále užiteční (BMFSFJ, 2006, online).

- **Prvky výhod a bariér**

Dostupnost místností - prostoru pro aktivity a setkávání, stejně důležité, jako základní financování, které musí mít nadace zajištěnou a je významnou podporou všech faktorů. Velmi dobré vztahy s veřejností a spolupráce až za hranicemi městské části jdou ruku v ruce s vynikající sítí spolupráce s příslušnými činiteli na místní a komunální úrovni.

Přijímat další nové prvky, které umožňují nové závazky dlouhodobých členů a jejich zájem o neustále přicházející novinky a nové směry patří mezi výhody dobrovolné činnosti („každý se může zapojit tak, jak sám považuje za vhodné a jak se mu líbí“). Další předností je možnost používat a využívat zkušenosti někoho jiného ("zde mohu dělat všechno a poznávat nové věci“), vzájemná podpora vrstevníků („víme nejlépe, co je pro nás dobré“) a prevence samoty a izolace („tady jsem se vždy setkal s lidmi, s nimiž mohu mluvit“).

Citované limitující faktory, zvyšující se průměrný věk seniorů-dobrovolníků a doprovodné zdravotní omezení limitují činnost některých členů. Vysoký průměrný věk členů navíc také upozorňuje na proces stárnutí ("věk je to co máme společné"). Vzhledem k tomuto vývoji má iniciativa v posledních několika letech snahu získat na svou stranu k dosažení svých cílů „mladé seniory“ a nabídnout pro tuto věkovou skupinu atraktivní nabídky (BMFSFJ, 2006, online).

- **Udržitelnost a přenositelnost**

Tato iniciativa probíhá již od poloviny roku 1990, je velmi dobře zakotvena v místní struktuře a bude usilovat o své místo i v budoucnu, tak, aby mohla být převedena do dalších obcí. Často kladené otázky z jiných měst se týkají požadavků, podmínek a správného nastavení, které musí být pro takovou skupinu podpory splněny (BMFSFJ, 2006, online).

- **Celkový souhrn**

Přínos tohoto projektu ke snížení rizika sociálního vyloučení lze spatřit především v široké škále dovedností, orientovaných aktivitách v prevenci izolace, je nabídkou široké škály možností pro vzájemnou pomoc a podporu. Sociální integrace seniorů-dobrovolníků v sociální práci je realizována a doprovázena pozitivními účinky na zdraví a udržováním dovedností a kompetencí. Zdá se, že příslušná výzva a úspěch budou do budoucna cíleně motivovat nové členy a dobrovolníky v sociální práci.

(MindenerSenioren-gemeinschaft Alte helfen Alten eV, Goethestr. 52, D 32427 Minden nebo na internetových stránkách organizace: <http://www.alten-dorf.de>), (BMFSFJ, 2006, online).

Polsko

- **Dobrovolnictví seniorů v sociální práci v Polsku**

Dalo by se říci, že v Polsku se problémy seniorů teprve nyní dostávají do popředí. Očekávaný růst seniorské populace by se měl stát upozorněním pro polskou společnost. Tato populace představuje obrovský potenciál lidí a sociální kapitál, který se v dostatečné míře dost nevyužívá. To částečně vysvětluje nízkou míru profesní činnosti mezi staršími lidmi, spojenou s nízkou mírou jejich sociální aktivity.

Proces budování občanské společnosti v Polsku je stále v počátcích. V krátkém čase, který uplynul od počátku transformace systému (1989 - první nekomunistické vlády), nebylo možné vytvořit nové způsoby veřejné záchranné instituce, jež by podporovaly větší sociální aktivity u starších lidí.

Život mezi roky 1980 a 1990 byl velmi obtížný, což může být jeden z důvodů relativní pomalosti sociální aktivace u starších lidí. Špatné podmínky ve společnosti mají za následek tendenci soustředit se jen na plnění potřeb své rodiny a domácnosti. Zpočátku, na začátku roku 1980 - v průběhu boje za pravdu v Polsku a po jeho skončení - byla úroveň sociální solidarity, pomoci bližnímu a připravenost pro sdílení s ostatními lidmi poměrně vysoká. Poté se tyto tendence soustředily jen na nejbližší rodinu.

Jedním z příkladů tohoto trendu může být viděn ve frontách, které byly v roce 1980 tvořeny většinou staršími lidmi. Toto období bylo sužováno konstantním nedostatkem všech potřeb (například potravin a energie), čímž se řazení do fronty stalo jediným způsobem, jak dostat nějaké základní zboží. Starší lidé byli v důchodu a měli spoustu volného času, který často trávili ve frontě. Až 20% pokles reálné hodnoty příjmů vedl k omezené spotřebě a posílil tendenci koncentrovat vlastní aktivity jen na nejbližší rodinné příslušníky.

Období transformace přineslo další problémy na trhu práce a omezující společenské aktivity seniorů. Úroveň nezaměstnanosti v Polsku vzrostla z 6,5% v roce 1990 na 16,4% v roce 1993. Po krátkém období zlepšení v roce 1998 míra nezaměstnanosti klesla na 9,5%, na začátku roku 2004 opět stoupala a dosáhla 20,6%. Tato situace se postupně zlepšuje, ale míra nezaměstnanosti se v současné době pohybuje kolem 10%. U starších lidí to nebylo jen období s větším rizikem ztráty zaměstnání. Na rozdíl od západoevropských zemí nezaměstnanost v Polsku byla vždy největším problémem pro mladé lidi. U starších lidí došlo k nárůstu odchodu do předčasného důchodu.

Ze stejného důvodu se mnoho starších lidí rozhodlo soustředit své životy na pomoc pro své dospělé děti. Taková pomoc je součástí práce v domácnosti, ale také finanční podporou nezaměstnaných dospělých dětí. Navíc po vstupu do EU v roce 2004 mnoho Poláků hledalo pracovní příležitosti na zahraničním trhu. Když jeden, nebo oba rodiče odešli do zahraničí, některé, nebo všechny povinnosti vychovávat děti, které doma zůstaly, na sebe obvykle vzala starší generace.

Výše uvedené důvody vysvětlují, proč je společenská aktivita starších lidí stále relativně nízká. Ačkoli starší lidé mají dostatečný potenciál a s největší

pravděpodobností cítí potřebu aktivního společenského života, jsou nuceni zaměřit své aktivity na své nejbližší rodiny. Byla zjištěna nová etapa vývoje rodiny v Polsku - a sice etapa „prodlouženého rodičovství“ - a to velmi často brání starším lidem soustředit svou činnost v oblastech mimo svou rodinu.

• **Opatření pro sociální začleňování starších osob: dobrovolnictví v sociální práci**

Po mnoho let se sociální zapojení seniorů projevovalo v jejich účasti v různých skupinách organizovaných na farní úrovni v katolické církvi nebo u ostatních církví a náboženských řádů. Dobrovolnictví bylo zakotveno v náboženství a umožnilo tak určitou míru nezávislosti od totalitního systému. Mezi skupinami působícími ve farnostech byly například svépomocné skupiny a charitativní skupiny, které shromažďovali dary a dárky a pomáhaly nejchudším rodinám v této oblasti. Nejaktivnější členové těchto skupin byli vždy starší lidé. Tuto činnost nelze kvalifikovat jako formální dobrovolnictví, ale i to může být považováno za prováděnou činnost v duchu dobrovolnictví.

Univerzity třetího věku (U3V), jejichž cílem je vzdělávat a stimulovat v důchodu členy komunity, působí v Polsku od roku 1973. Zpočátku jejich počet rostl pomalu, ale po transformaci k demokracii čísla vyskočila a nyní je jich zhruba 350. Myšlenka U3V je úzce spojena s dobrovolnickou prací – univerzita má seniory nejen organizovat, ale také v mnoha případech (zejména u menších univerzit) s nimi volně spolupracovat v instituci. Nejvýznamnějším cílem U3V není vzdělání samo o sobě, ale spíše vytváření společenských vztahů mezi příjemci. To vede ke společné iniciativě a práci ve prospěch ostatních studentů a ostatních lidí. Nástup dobrovolné práce vyžaduje dosáhnout určité úrovně demokratické vyspělosti jak ve společnosti, tak k jednotlivým občanům. To platí zejména pro místní demokracii, protože ta je na této úrovni, v níž jsou potřeby jednotlivců a společenského života plněny v různých rovinách. Demokracie v Polsku se rozvíjí po poměrně krátké období, takže zvyk přirozeně se účastnit společenských aktivit neměl dostatek času na vývoj. V současné době lze pozorovat vyšší úroveň společenské aktivity mezi mladými lidmi, nicméně lze očekávat, že jakmile většina z nich dosáhne věku kolem šedesátky, bude v budoucnu zobrazovat stejný postoj.

Úroveň rozvoje dobrovolnické práce se v Polsku liší a z hlediska pomoci závisí na věku dobrovolníků. Ve většině případů mladí lidé sami pomáhají starším lidem. Dobrovolná práce je mnohem více populární ve větších městech než v malých obcích.

Ve velkých městech je mnohem obtížnější objevit funkce pro neformální skupiny dobrovolníků, naopak počet skupin v malých městech a vesnicích je poměrně vysoký. Je zde ve vztazích mnohem méně anonymity a potřeby konkrétních osob nebo prostředí je snadnější definovat.

Podle výzkumů 12,9% (asi 3,8 milionu) Poláků prohlásilo, že v posledních 12 měsících pracovali pro dobrovolnické organizace nebo neformální skupiny. Typičtými polskými dobrovolníky jsou žáci a studenti; lidé s vyšším vzděláním; obyvatelé vesnic, či velkých měst (s více než 200 000 obyvatel).

Dobrovolná práce je také spojena s finanční podporou: 89% lidí, kteří dali svůj čas, nebo práci sociálním organizacím nebo neformálním skupinám uvedli, že jsou poskytovateli materiální podpory, jako jsou například peníze nebo dárky. Sami senioři představují různé úrovně připravenosti v pomoci jiným lidem a mohou být mnohem častěji organizováni ve svépomocných skupinách a skupinách působících prostřednictvím místních farností, ale méně ve formalizovaném dobrovolném hnutí. Jako skupina věnující se spíše rodině vykazuje určitý stupeň autonomie, což ovšem neznamená, že zcela ignorují svou odpovědnost. Zároveň nabízí pomoc v případě potřeby, ale nevzdávají své vlastní touhy a potřeby. Senioři pracující v sociální práci chtějí často vykonávat dobrovolnou práci, protože chtějí zůstat v kontaktu s ostatními dobrovolníky. Tito lidé se neztotožňují s postarší komunitou a lze je popsat jako „elitní“ nebo „dobrodružství hledající“, přestože se jedná o obecné pojmy, které přesně ukazují motivaci seniorů pracovat v organizacích věnujících se dobrovolnictví a sociální práci. Dobrovolná práce velmi často nabízí různé zážitky a způsob, jak najít nové zájmy a aktivity, které senioři neměli možnost zažít během svého profesního života. Nicméně se většina starších lidí orientuje především na svoji rodinu nebo své vlastní problémy.

Odhadovaný počet nevládních organizací v Polsku je asi 140 000. To zahrnuje organizace po celé zemi. Je nemožné určit ty, které sdružují velký počet seniorů. Je však zřejmé, že existují a stále jich není dostatečné množství. Postupem času se situace určitě zlepší a mnohé problémy polských seniorů budou vyřešeny.

- **Případová studie: „Rada svazu žen“**

- **Obsah a cíle**

Rada svazu žen (*Rada Kobiet Powiatu Kraśnickiego*) působí v obci Kraśnik (*Kraśnicki Powiat*) v okrese Lubelski (100 000 obyvatel, převážně zemědělská půda, pěstování ovoce, malin a jahod). Rada svazu žen byla vybrána jako příklad spolupráce mezi místními vládními a nevládními organizacemi, jako jeden z mála projektů, který „aktivuje“ ve venkovských oblastech starší ženy. Například v Kraśniku, působí U3V, sbor a několik klubů v zemi se nachází v blízkém okolí.

Organizace se spoléhá především na ženy z Krasniku a okolí. Bývalý zaměstnanec místní správy-úřadu (včetně současného předsedy, T. Kamela, který pracoval jako radní pro zemědělství) si všiml, že dřívější kluby nebyly již tak populární jako dříve a rozhodl se vytvořit organizaci s takovou podporou, která by integrovala v této oblasti všechny aktivní ženy z různého prostředí.

Radu svazu žen a její činnost lze rozdělit do dvou skupin:

- 1) integrace s místní komunitou, výměna zkušeností mezi členy (obvykle během setkání).

- 2) podpora důležitých hodnot ve venkovských oblastech - to znamená, místní zvyky a tradice, ale i místní kuchyně. Ta je populární zejména mezi staršími členy organizace, kteří se účastní místních, regionálních a celostátních akcí podporujících tradiční jídla a zdravé potraviny. Kluby jednotlivých obcí v celé zemi představují hlavní organizovanou aktivitu. Nicméně, rok od roku se jejich činnost snižuje a je většinou omezena na občasné schůzky.

Sdružení spoléhá na společenskou činnost svých členů, financovanou na základě drobných darů. Účast na různých akcích je obvykle podporována prostřednictvím lokálního financování vlády. Organizace je také podporována místními institucemi, jako je například banka, která neúčtuje poplatky za účet, místní komunitní centrum poskytuje prostor zdarma a místní společnosti nebo orgány půjčují automobily nebo autobusy. Existuje asi 100 členů v organizaci, ale jen 20 - 30 jz nich je aktivními. Zbytek jsou pasivní účastníci. Senioři tvoří asi 30% všech aktivních členů. Hlavní slabinou je nedostatek nových potencionálních předsedů, kteří by mohli nové sdružení vést.

- **Zapojení a účast**

Ze 100 členů ve sdružení je asi 50 v důchodu. Ve východním Polsku, v obci Kraśnik a okolí, jsou cílovou skupinou zejména ženy, které žijí ve venkovských

oblastech, členky bývalých sportovních a zájmových spolků, včetně těch, které se specializují na místní kuchyni a dobře se vyznají v místních zvycích a tradicích. Ženy žijící ve vesnicích a patřící do organizace jsou obvykle starší, nad 60 let věku, a se základním, nebo odborným vzděláním. Jako takové mohou být viděny jako potenciálně sociálně vyloučené osoby.

Sdružení bylo založeno zaměstnanci místní vládní kanceláře a úzce spolupracuje s místními úřady. Na základě místních zvyků a tradic byla vytvořena strategie k rozvoji místního regionu. V oblasti nejsou žádné průmyslové či investiční aktivity, region se proto zaměřil na agroturistiku, přírodu a místní kuchyni jako na hlavní a nejdůležitější aspekty celé oblasti. V důsledku toho má organizace plnou podporu pro svoji činnost ze strany místních samospráv.

Většina žen aktivních v organizaci pracuje také v důležitých funkcích - například jako ředitelky místních podniků nebo jako lékařky. Proto lze říci, že zde existuje neformální síť složená z různých místních činitelů. Formát tohoto sdružení byl vytvořen na základě směru, který odpovídá místním potřebám. Je však důležité, aby se zdůraznilo, že pokud jde o podporu místní kuchyně a všeho, co se týká tradic, budou hrát nejdůležitější roli starší lidé, na které je třeba se zaměřit a ocenit jejich zásluhy. Úřady musí zajistit pokrytí některých výdajů a vyzvat seniory k aktivní účasti.

- **Výsledky a efektivnost**

Jedním z hlavních cílů je integrace místních „vůdců“ a aktivistů v jedné organizaci, která spojuje lidi z různého prostředí - místní elity (ředitelé škol, lékaři nebo úředníci) a relativně starší ženy z venkovských oblastí (obvykle aktivní v zemědělství, s nižším vzděláním). Takové osobní kontakty tvoří potenciálně dobrý základ pro jiné místní iniciativy.

Starší ženy, které se začaly účastnit různých společenských akcí a výstav, se cítí být důležité a potřebné pro společnost, „začaly věřit samy v sebe“. Takové pocity sebeuvědomění vlastní osobnosti a svojí ceny se aktivují snadněji, má-li si taková žena možnost prožít skutečnost, že ona osobně se pozná se starostou nebo má příležitost mluvit s vysoce postaveným politikem v průběhu jedné ze společenských akcí. Taková setkání přinášejí v oblasti sebevědomí těchto žen spokojenost stejně tak, jako ji přináší změna prostředí, prostoru, osob a stylu verbální komunikace.

Takové ženy jsou poté příkladem pro ostatní ženy v místní oblasti a komunitě a dále na základě svých zkušeností povzbuzují další osoby z řad svých přátel, kteří chtějí vstoupit do organizace, nebo spustit nějaký podobný projekt, jako je tomu v případě Annopol - malého městečka v Krasnické oblasti.

Tato organizace se však omezuje na podporu místní tradice (obvykle místní kuchyně) a jen v menší míře se zabývá činností pro místní životní prostředí (pravidelné schůzky členů, jednodenní akce pro ženy, Vánoce a Velikonoce, prázdniny, příležitostná setkání s dětmi ve školách a mateřských školách). Tyto činnosti nejsou v žádném případě systematicky sledovány a organizovány, svoji dobrovolnickou činnost si organizace řídí a plánuje sama podle uvážení a stanoveného ročního programu, který je flexibilní.

- **Prvky výhod a bariér**

Silnou stránkou této organizace je „značka“, kterou pro sebe v tomto regionu vytvořila. Její členové jsou motivováni k účasti na místních a regionálních akcích a také k cestám za místními politiky a k návštěvě partnerských měst v jiných zemích.

Podpora ze strany místních samospráv má také pozitivní vliv. Nicméně, malá finanční aktiva neumožňují sdružení podílet se na projektech, které vyžadují jejich vlastní finanční prostředky. Další nevýhodou je omezený rozsah provozu. Vedoucí projektu připouští: „Uvědomuji si, že bychom měli dělat něco jiného a že bychom mohli být aktivnější, ale celková odpovědnost za práci mi brání věnovat se plně dalšímu rozvoji sdružení“.

- **Udržitelnost a přenositelnost**

Organizace od svého založení zaznamenala malý, ale stabilní růst své činnosti. Ohrožení její existence se může stát aktuální v případě, že její zakladatel rezignuje, protože neexistuje nikdo, kdo by nahradil jeho pozici. Dalším nebezpečím je případný konflikt s místními úřady, které plně podporují sdružení (finančně, materiálně a někdy poskytují zasedací místnosti). Je zde také problém přirozeného procesu stárnutí a smrti starších členů, jež udržují místní tradice a zvyky a jen v malé míře předávají tyto znalosti mladší generaci. Bez nich se organizace budou muset transformovat do typického senior klubu podobně jako U3V. Myšlenka sama o sobě se zdá snadno přenositelná na venkov se zachovalými místními tradicemi, avšak potenciální členové jsou obvykle rozptýleni po celém regionu (s několika v každé obci) a jsou ve starším

věku. Tento podnět vyžaduje externí podporu a patronát obecního úřadu – jako například ve zřizování místních aktivačních center.

- **Celkový souhrn**

Tento projekt přispívá ke snižování sociálního vyloučení vytvářením příležitostí pro starší ženy ve venkovských oblastech. Tyto ženy se podílejí na činnosti, která souvisí s jejich životním prostředím, zkušenostmi a osobní dovednostmi. Projekt podněcuje pevnější sociální integraci mezi zranitelné skupiny a pocit uznání a sebeúcty.

Nizozemí

- **Dobrovolnictví seniorů v sociální práci v Nizozemí**

Nizozemsko patří do skupiny nejbohatších zemí na světě a v posledních deseti letech si získává velkou mezinárodní pozornost v otázkách svého státního sociálního systému.

Této zemi se podařilo stimulovat bohatství k zajištění státního systému, díky čemuž si získala velkou mezinárodní pozornost. Tato prosperita se promítá i do naděje Holanďanů dožít se vysokého věku, který patří mezi nejvyšší v EU: u mužů 77,5 let a u žen 82,5 let (v souladu s údaji Eurostatu).

Ve srovnání s ostatními členskými státy EU je chudoba v Nizozemsku nízká. Vezmeme-li v úvahu všechny sociální transfery, dále jen celkové riziko chudoby, ve výši 10%, patří k nejnižším v EU. Skupiny, které jsou nejsilněji ohrožené chudobou, jsou stoupenci nezápadních etnických menšin, rodiče samoživitelé a domácnosti, které přijímají nízké, nebo žádné důchodové dávky.

Znamená to, že starší lidé nemají patřit do rizikových skupin ohrožených chudobou nebo sociálním vyloučením. To znamená, že průměrný příjem domácnosti u lidí ve věku 65 let a výše odpovídá úrovni mediánu příjmu starších lidí, kteří jsou ve věku mladším 65 let, v 27 členských státech Evropské unie (Evropská komise. s.201, 2009).

Obecné starobní penzijní pojištění (*Algemene Ouderdomswet*, AOW) zaručuje minimální státní důchod, nebo základní důchod pro osoby nad 65 let věku. Tyto důchodové systémy přispívají k úspěšné prevenci chudoby ve stáří. Celkově lze říci, že riziko chudoby u lidí starších 65 let je z celkového počtu obyvatel o něco nižší ve srovnání s ostatními zeměmi EU, kde je ještě malý rozdíl mezi muži a ženami.

Z tohoto důvodu není překvapující, že národní strategické cíle pro prevenci chudoby a sociálního vyloučení jsou zaměřeny k jiným cílovým skupinám. Od roku 2006 do roku 2008 bylo hlavním cílem: podpořit účast prostřednictvím zaměstnání, nezaplacenou sociální činnost, bojovat proti chudobě a podporovat účast mezi dětmi a mladými lidmi a podporovat využívání stávajících předpisů (Evropská komise, s. 213, 2009).

Co se týče strategie sociálního začleňování, integrace na trhu práce a skupin ohrožených sociálním vyloučením je považována za hlavní společenské výzvy. Účast na trhu práce zajišťuje příjem, otevírá příležitosti pro začlenění, seburčení a emancipaci a je považována za klíč k podpoře sebevědomí a samoregulace důvěry dotyčných osob. Odborná integrace etnických menšin, rodičů samoživitelů a dlouhodobě nezaměstnaných osob má v tomto ohledu zvláštní význam. S ohledem na starší osoby a společenské úsilí na zvýšení jejich účasti na trhu práce jsou již pozorovatelné změny v tom, že od roku 2020 bude věk odchodu do důchodu v 66 letech (v současné době v 65 letech) a v roce 2025 to bude 67 let.

- **Dobrovolnictví**

Holandská sociální politika definuje dobrovolnictví jako „práci v jakémkoliv organizovaném kontextu, který se uskutečňuje bez závazku a bez nároku na odměnu, pro jiné osoby nebo společnosti, přičemž osoba, která vykonává sociální práci, není závislá na živobytí toho, pro koho ji vykonává“ (European Volunteer Center, 2007).

Sociální participace a občanská angažovanost mají dlouhou tradici a vysokou hodnotu v nizozemské společnosti. Celkem 60% Holanďanů je aktivně zapojeno v různých oblastech sociální práce. Obvykle rozlišují čtyři oblasti zapojení: dobrovolnictví, podpora v péči o příbuzné, péče o vnoučata, stejně jako zapojení do zájmových skupin a politických organizací.

Vládní iniciativy na podporu občanské angažovanosti a zapojení osob v sociální práci existují již několik desetiletí a v poslední době různé politické iniciativy zdůraznily nutnost dobrovolné práce v sociální práci.

V roce 2007, vstoupil v platnost zákon o sociální podpoře (*Wetmaatschappelijke ondersteuning*, WMO), jehož cílem je zlepšit poskytování služeb občanům a klientům sociálních služeb. Tento zákon dává obcím a místním institucím

větší díl odpovědnosti za péči a blaho občanů. To si také klade za cíl, aby se všichni občané aktivně se zapojili do dění ve společnosti.

Dobrovolnictví hraje významnou úlohu v rámci různých výkonnostních oblastí sociální práce. Kromě toho je cílem stávajících programů, aby se občanské společnosti více angažovali, zviditelnili a zlepšili se ve využívání dobrovolné práce a zvládli současné společenské změny a výzvy, jako je rostoucí sociální napětí a klesající sociální soudržnost.

Organizace pro starší lidi – seniory v Nizozemsku má dlouhou tradici: první formy organizací vznikaly již na počátku dvacátého století a jejich primárním požadavkem bylo zajistit základní důchod pro seniory. Velké množství těchto organizací bylo založeno v různých oblastech po druhé světové válce. Nicméně teprve v posledních letech vzniklo společnými silami pod centrální organizací sdružení pro seniory (*Centrale Samenwerkende Ouderenorganisaties*, CSO), zastřešující organizace, která zastupuje zájmy přibližně 550 000 seniorů v Nizozemí. Druhá velká organizace je „Anbo“, jež sdružuje asi 400 seniorů. Jejím úkolem je radit politikům, agenturám a dalším organizacím a podporovat iniciativy místních skupin. K dispozici je také Národní úřad proti diskriminaci na základě věku. Senioři v Nizozemsku mají možnost vyjádřit se k osobám na nejrůznějších pozicích a v různých orgánech. Na úrovni obcí existují poradní výbory, které radí těm, kteří rozhodují o otázkách týkajících starších lidí a celé seniorské populace.

V souvislosti s obecnou změnou orientace a modernizací organizací a struktur u seniorské problematiky dobrovolnictví v sociální práci je kladen čím dál více důraz na „sociální produktivitu“, jež je již považována za standard u seniorů, kteří ve společnosti dosáhli určité věkové hranice. Nicméně skutečnost je taková, že tam jsou i staří lidé se zdravotním postižením, kteří mají malé, nebo žádné příležitosti pro zapojení občanů v dobrovolnictví. Navzdory příznivějšímu obrazu stáří je nutné vzít v úvahu, že (stejně jako v jiných zemích) není snadné vytvářet spolehlivé údaje o občanské angažovanosti.

Sociální a kulturní projektové plánování (*Sociaal en Cultureel Planbureau*, SCP) analyzovalo řadu relevantních studií a výzkumů. Tato data ukazují, že seniorská populace je zapojena více než ostatní věkové skupiny. Podle rodinných průzkumů z roku 2005 se každá třetí osoba ve věku 55 až 75 let aktivně podílí každý týden přibližně šesti hodinami svého času na občanské angažovanosti, což je asi dvakrát vyšší

počet než v jiných věkových skupinách - pro srovnání: 25% u 35 - 54letých a 17,3% u 15 - 34letých.

Preferovanými oblastmi účasti byly práce ve sportovních klubech, náboženských nebo ideologických organizacích, podpora okolí a podpora starších lidí, kteří jsou zdravotně postižení, nebo potřebují péči. Dobrovolná práce v politických organizacích nebo v odborech hraje jen podřadnou roli.

Neexistují žádné jasné závěry o osobách a jejich absolutním čase stráveném na aktivitách a o vývoji jednotlivých skupin v občanské angažovanosti v průběhu času, pokud jde o procento aktivní účasti, některé studie vykazují mírný pokles činnosti osob starších 65 let (European Volunteer Center, 2007).

Stejně jako v jiných zemích také v Nizozemsku se míra občanské angažovanosti všech věkových skupin liší podle úrovně vzdělání, ale ne tak silně jako v Německu, např. ze seniorského dotazování vyplývá následující: 18% osob s formálním vzděláním uvedlo, že v uplynulém měsíci spolupracovalo na dobrovolné práci. Podíl dobrovolnické práce osob s osvědčením o středním vzdělání dosáhl 23% ve srovnání s 27% u osob s vyšším vzděláním.

Proměnné spojení společenského postavení a úrovně vzdělání hraje také v tomto ohledu důležitou roli. Proto jsou méně zapojeni do dobrovolné činnosti lidé se silným zdravotním postižením, nízkým příjmem a malou sociální sítí.

V Nizozemsku se v posledních letech rámcové podmínky pro dobrovolnou práci zlepšily. Vysoká průměrná délka života a větší počet osob se zdravotním postižením otevírají nové možnosti a relativně vzato i vysokou úroveň výrazné dobrovolnické infrastruktury s často rozmanitými možnostmi pro individuální a společenské účely. Ale i zde jsou pozorovatelné změny, které poukazují na skutečnost, že občanská angažovanost se nemůže v žádném případě považovat za samozřejmost. V Nizozemsku existuje trend směrem k projektové práci s případným dočasným zapojením. Do jisté míry dochází k posunu v čase a v používání více placených činností nebo k zapojení se v rámci své vlastní rodiny nebo na účasti na zdokonalení se v technologických dovednostech pro seniory, jako je internet a práce s ním, jež jsou stále aktuální a ve značné oblibě. V důsledku demografických změn bude v budoucnosti v Nizozemsku potencionálně k dispozici pro dobrovolnictví stále větší počet seniorů. Zda a do jaké míry se budou aktivně podílet na dobrovolnické práci, ještě nelze předpovědět.

V každém případě se bude tato oblast dobrovolnické činnosti i nadále měnit a vytvářet si nové formy účasti v iniciativách a organizacích se silnými občanskými závazky a tradicemi, jaké Nizozemsko již v současnosti má.

- **Případová studie: „Společně kupředu“**
- **Obsah a cíl**

Společně kupředu (*Stichting Samen Verder*) je nezisková dobrovolnická organizace, která byla založena dvěma seniory v roce 1978, občany z Culemborgu, nacházejícího se ve středu Nizozemska. Základ je tvořen stejně jako u občanské iniciativy a je zaměřený na přepravu seniorů autem, sběr papírů a použitého zboží k prodeji. Před lety se nadace začala rozrůstat a stala se mnohem větší organizací spravující několik projektů.

V současné době pracuje stále zcela nezávisle v organizaci 250 dobrovolníků, kteří zajišťují chod celé organizace.

Hlavním cílem organizace „Společně kupředu“ je zlepšit životní podmínky seniorské populace a zdravotně postižených obyvatel obce Culemborg (s celkovým počtem 30 000 obyvatel) a pomoci jim, aby vedli nezávislý způsob života. Konkrétně to znamená, že nadace poskytuje řadu služeb a programů pro seniory anebo pro osoby se zdravotním postižením. Kromě toho organizace podporuje práci, blaho a smysluplnou činnost svých dobrovolníků tím, že vykonávají dobrovolnickou činnost v tolerantním a sociálním prostředí.

Nadace poskytuje několik služeb a programů, které společnosti v rámci projektů poskytují odbornou péči. Projekt „Klaartje“ nabízí cenově dostupnou dopravu (autobusy) pro seniory a osoby se zdravotním postižením, kteří tak mohou v Culemborgu navštívit například nákupní centrum nebo si společně zajít na jídlo. Projekt „Floortje“ organizuje přátelské dobrovolníky nebo společníky, kteří doprovázejí seniory do nemocnice či k lékaři, je možné s nimi mluvit nebo s nimi jít jen ven na procházku. Projekt „Dientje“ poskytuje osobní a specializovanou podporu, a to buď ve formě poradenství, doporučení, pomoci s vyplňováním dokumentů, nebo společným nakupováním a drobnou domácí prací kolem domu (například výměny žárovky nebo stříhání živého plotu). Kromě toho má nadace speciální telefonní číslo („*Luisterlijn*“), aby mohli lidé anonymně volat, pokud si to přejí, nebo v případě, že si chtějí s někým promluvit.

Největším a z finančního hlediska nejdůležitějším projektem je „Bartje“, obchod z druhé ruky. Jednou z jeho speciálních vlastností a nabídek je „Káva na rohu“. Místo slouží k setkávání častým návštěvníkům obchodu. Dále je tato společnost finančně nezávislá a část finančních prostředků, které jí zbydou na konci roku, věnuje na různé charitativní akce. Nejdůležitějším zdrojem příjmů pro nadaci je obchod z druhé ruky.

- **Zapojení a účast**

Nadace se zaměřuje především na seniory a zdravotně postižené osoby v Culemborgu, kteří služby nadace využívají. Při jejím založení se sekundárním cílem stalo dobrovolnictví seniorů v sociální práci. Senioři a osoby se zdravotním postižením, kteří využívající služeb nadace, tvoří velmi různorodou skupinu. Někteří z nich mají potíže s chůzí, se špatným zrakem, jiní jsou intelektuálně nevyužití, nebo se cítí osamělí a v depresi. Relativně velký počet klientů má nízký příjem.

Dobrovolníci do nadace přicházejí z různých oblastí. Jsou tam velmi vzdělaní lidé, kteří mají za sebou dlouhou kariéru v náročných pracovních místech, ale jsou tam i lidé s nízkým vzděláním, kteří nikdy neměli dobře placenou práci. Většina dobrovolníků (115) je ve věku mezi 60 a 70 lety. Značný počet členů (67) je ve věku 70 let nebo ještě starších. V nadaci je nepatrně více aktivních žen (56%) než mužů.

Mezi dobrovolníky existují různé skupiny, u kterých hrozí riziko sociálního vyloučení. V první řadě existuje více dobrovolnických párů ve věku 75 let a více. Také odhadovaný počet dobrovolníků, kteří jsou bez partnera, je poměrně vysoký. Většina z nich ovdověla, nebo jsou rozvedení. Kromě toho má nadace několik (dobrovolných) pozic pro nezaměstnané seniory ve věkové hranici nad 65 rokem - to znamená v důchodovém věku. Při splnění podmínek může senior zažádat sociální úřad o sociální dávky. Další rizikovou skupinou, která je aktivní a do dobrovolné činnosti v rámci nadace patří, jsou ti jedinci, kteří jsou fyzicky, anebo duševně ohrožení. Patří sem i řada starších marockých mužů, kteří se scházejí v kavárně na rohu v pravidelných intervalech.

I když to vypadá, že vedení v nadaci pracuje zcela nezávisle na sobě, je zapojeno v mnohých projektech a spolupracuje s dalšími organizacemi. Například projekt „Vlaková doprava“ je společným projektem s holandskou železniční společností. Zástupci vedení se rovněž účastní setkání místních dobrovolných organizací.

- **Výsledky a efektivnost**

Nejvíce patrným výsledkem projektu je poskytování nízkoprahových služeb (například nákup v obchodě, doprava a doprovod) pro seniory a osoby se zdravotním postižením. Tyto služby jsou poskytovány seniorské populaci a zdravotně postiženým osobám, aby mohly co nejdéle zůstat aktivní a účastnit se společenského života tak, jak jen je to možné. V roce 2008 se uskutečnilo 24 000 jízd ve zvýhodněné autobusové dopravě, 50 osob využilo dobrovolníků pro osobní podporu ve společnosti, 66 pomoc ve své domácnosti, bylo vyřízeno 1 400 telefonických hovorů a 172 osob bylo doprovázeno na vlakové jízdy.

Nadace poskytuje přátelské a přívětivé nízkoprahové pracoviště pro dobrovolníky v sociální práci s atmosférou rovnosti. Lidé se cítí pohodlně a sociální vztahy jsou ve vyrovnané pozici, což je pro mnohé dobrovolníky základem a součástí jejich „sítě“ sociální podpory. Z výzkumů vyplývá, že respondenti často sdíleli názor, že dobrovolníci, kteří ztratili své partnery, často dostávají od svých kolegů velkou podporu.

Dobrovolnictví pravidelně rozšiřuje sociální síť a podporuje celkovou pohodu účastníků s pozitivním působením na jejich zdraví. Skutečné povinnosti jsou rovněž příznivé s ohledem na pocity patřící ke struktuře sociálního citění mezi dobrovolníky. Kromě toho budou moci přispět společnosti a jsou schopni pomoci jiným lidem. Z dobrovolnictví člověk získává pocit, že může něco změnit a cítí se být oceněn vlastními osobními výsledky. Konečné výsledné efekty u dobrovolníků nejsou sledovány.

- **Prvky výhod a bariér**

Řada aspektů přispěla k úspěchu nadace. Důležité je, že je nastavena velmi profesionálním způsobem. V představenstvu je pět vysoce vzdělaných seniorů s dostatečnou praxí v řízení s přehlednou a průhlednou organizační činností. Organizační struktura je smysluplná a její povinnosti a funkce jsou jasně popsány. Je zde prostor pro flexibilní služby jako výsledek strukturovaného plánovacího systému. Kromě toho nadace poskytuje odpovědnost za pojištění pro dobrovolníky a práce splňuje oficiální požadavky na bezpečnost při práci (*wettelijke ARBO-Eisen*).

Dalším faktorem úspěchu je nezávislý stav „Společně kupředu“. To podporuje silné pocity plynoucí z angažovanosti mezi členy, což vede k větší motivaci a ochotě investovat svůj čas a úsilí, stejně jako zvýšené pocity a odpovědnost za nadaci.

Pestrá škála možných pracovních míst přitahuje osoby z různého prostředí. To přispívá k dynamické společnosti. A konečně neformální, uvolněná a přátelská atmosféra je nepopiratelným a důležitým přispěvatelem k úspěchu nadace. Projekt se nesetkal s negativním postojem společnosti. Vracející se odezvou je správa velké skupiny dobrovolníků působících v silné horizontální rovině, vedoucí k investování do projektu mnoho času a úsilí a propůjčení se k tomu, aby projekt přesvědčil a dosáhl oboustranné spokojenosti a dohod mezi dobrovolníky v sociální práci. Jeden z vedoucích projektů situaci velmi pěkně formuloval, řekl, že řídil „Plnou skupinu králů a královen“. Problémem, jemuž nadace čelí, je zvláštnost občanů, kteří si postupně zvykli na služby a zařízení a téměř je považují jako své vlastní přirozené právo. To občas klade velký tlak na celou skupinu dobrovolníků.

Budoucí výzvou pro nadace je přilákat a získat nové a „mladé“ dobrovolníky tak, aby mohli rozšířit své služby a inovovat svou činnost. Mnoho dobrovolníků má tendenci spolupracovat s nadací po delší dobu, existuje zde však riziko, že „věk“ seniorů-dobrovolníků bude časem příliš vysoký, což je méně atraktivní pro „mladší“ generace. Nicméně, vedení nadace si je dobře vědomo tohoto rizika a nepřetržitě podporuje inovaci a otevřený přístup.

- **Udržitelnost a přenositelnost**

Projekt probíhá již více než 30 let a rada nemá důvod ani v úmyslu jej ukončit. Projekt se stal pojmem, který je vysoce přenosný. Lidé, kteří mají zájem na zřízení koncepce, musí vzít v úvahu několik klíčových podmínek. Vzhledem k tomu, že second-hand obchod je nejdůležitějším zdrojem příjmů celého projektu, musí existovat prostor pro (nový) bazar v místní situaci. Také jeden nebo více inspirujících, vedoucích a schopných jedinců musí být ochotno stát v čele celého projektu. A konečně, obec musí být připravena poskytnout podporu, částečnou finanční podporu anebo volné prostory pro projektovou činnost.

- **Souhrn**

Nadace přispívá k prevenci sociálního vyloučení seniorů různými způsoby. Tyto služby – sociální práce umožňují uživatelům (většinou starším seniorům) aktivně se zapojit do společnosti a udržovat sociální sítě. Dobrovolnictví v sociální práci v profesní organizaci také umožňuje, aby spokojení lidé – klienti - ve společnosti organizaci

ocenili. Kromě toho se sociální dobrovolnické sítě, které spolupracují s nadacemi, budou rozšiřovat. To jim dává vyšší „sociální kapitál“ a chrání je od komplikovaných situací.

(MinkeWijkmans, *StichtingSamenVerder*StichtingSamenVerder, *BeleidsplanStichtingSamenVerder*, *Beleef de identiteit van SSV*, Culemborg 2009, online) (<http://www.stichtingsamenverder.com>, online).

Itálie

- **Sociální začlenění a dobrovolnictví seniorů v Itálii**

Starší lidé jsou všeobecně považováni za ohrožené sociálním vyloučením, jejich charakteristiky se překrývají s klasickými indikátory sociálního vyloučení, z nichž je nejčastější chudoba. Starší chudí lidé nesou nejvyšší riziko sociálního vyloučení. V Itálii se stalo normálním jevem být ve stáří chudý. V roce 2007 obdrželo 22% důchodců méně než 500 € za měsíc a 29% z nich se dostalo mezi 500 € a 1000 € za měsíc.

Obecně platí, že starší lidé – senioři jsou ukazateli relativní úrovně chudoby, rodiny se staršími lidmi si často nemohou dovolit nepředvídané výdaje, lékařské prohlídky a přiměřené vytápění domácností. V souladu s mnohými z těchto ukazatelů sociálního vyloučení, které obecně odkazují na seniorskou populaci, jež ve skutečnosti patří k chudší a většinou ke znevýhodněné kategorii spojené s problémy s bydlením, potížemi při užívání služeb, častou nemocností, nedostatečnou podporou, samotou a ovdověním, nízká úroveň vzdělání a častou duševní poruchou.

- **Národní strategie a cíle zaměřené na seniorskou populaci a sociální vyloučení**

Cílem hlavního vnitrostátní opatření je chudým seniorům poskytnout sociální příspěvek. Jedná se o charitativní službu – finanční podporu od National Insurance Institute (INPS), rozdělenou do 13 měsíčních grantů pro občany starší 65 let (ve výši cca 5.317 Kč). Starší lidé pobírající sociální dávky mohou mít také právo na další sociální platby, opatření pro znevýhodněné osoby, zavedené v roce 2002. Je to způsob, jak zvýšit sociální dávky do výše 594 € za měsíc. Toto opatření je přístupné občanům, kterým je alespoň 70 let (věková hranice může být snížena na 65 let).

Systém Sociální karty byl v Itálii představen v roce 2008. Jedná se o typ kreditní karty, která umožňuje chudším občanům právo na nákup zboží v dohodnutých

podnicích nebo pokrýt jejich veřejné služby a účty, které jsou financovány z veřejných prostředků a soukromých darů a je distribuována italskou poštou. Toto opatření umožní držitelům karty utratit 40 € měsíčně. Osoby oprávněné tuto kartu využívat jsou starší než 65 let a zástupci dětí mladších tří let, jejichž rodiny mají velmi nízký příjem. Kromě toho existují další opatření pro osoby s nízkými příjmy, které nejsou v souvislosti s věkem, jako jsou bonusy pro speciální náklady, čerpané z národního fondu pro soběstačnost (*Fondonazionale per la non-autosufficienza*), nebo z účtu pro začleňování osob s minimálním příjmem (*redditominimo di inserimento* , RMI, online).

- **Dobrovolnictví v Itálii**

Význam seniorské populace v novém nastavení dobrovolnictví významně vzrostl. Zatímco v roce 1980 vládní politika považovala seniorskou populaci hlavně jako příjemce zdravotních a sociálních služeb, počínaje rokem 1990 pozornost začala směřovat k tomu, jak seniorská populace prožívá svůj volný čas. Byla představena celá řada volnočasových iniciativ, které měly za úkol podněcovat seniory, aby se stali ‚sociálními subjekty‘ - to znamená, že se zaměřily na oblast obnovy schopností a zájmů seniorů a vytváření nových vztahových a komunikačních procesů. V současné sociální politice, jsou starší lidé považováni za cenný zdroj pro společnost.

Ve skutečnosti se v posledních letech snaží zapojit do dobrovolnické práce stále větší počet seniorů, což je důkazem snahy aktivně stárnout a přispět tak k budování společné komunity.

Seniorů pracujících v sociální práci jako dobrovolníci (ve věku 55 let a více) je v současné době asi 50%. Méně než jedna třetina seniorů působí v oblasti zdravotnictví a více než jedna třetina seniorů v oblasti kultury a rekreace. Shrňme-li vlastnosti seniorů-dobrovolníků, lze konstatovat, že jsou soustředěny především do sociální práce (kde jsou aktivní ve 42,5% ze všech seniorů-dobrovolníků). Obecně platí, že čím vyšší úroveň vzdělání, tím větší zapojení do dobrovolné činnosti, dobrovolnictví se snižuje ve věku od 60 let, ve stáří jsou lidé více ochotni věnovat se dobrovolnické práci, ve větší míře to jsou více ženy než muži, stejně tak jako v jiných věkových skupinách. Denně stráví senioři dobrovolnickou činností více času než mladí lidé a lidé středního věku.

Hlubková analýza dobrovolnictví v pozdějším věku ukazuje, že podíl dobrovolníků ve věku 65 let a více vzrostl z 8,9% v roce 1997 na 13,5% v roce 2003, zatímco podíl starších dospělých dobrovolníků (ve věku 55 - 64 let) také vzrostl ve stejném období z 18,3% na 23,3%. Tento nárůst je vzhledem k italským demografickým

změnám ve stáří vysoký. V roce 1997 bylo 5,3 seniorů z 1000 obyvatel dobrovolníky v sociální práci oproti podílu 10,2 osob na každých 1000 obyvatel z roku 2003.

Hlavní charakteristikou seniorských organizací je jejich stabilní a vytrvalá práce s většinovou účastí žen. Poskytují služby (lehké) péče, podpory a sociální služby ve vyšší míře než jiné organizace, které jsou věkově profilované, ale nabízejí mnohem méně pomoci při mimořádných událostech, dopravu až do nemocnice, lékaře a ochranu životního prostředí.

Hlavními příjemci těchto organizací jsou starší lidé - senioři, takže jsou „intra-generačními“ organizacemi.

Mohlo by se třeba také zdůraznit, že dobrovolnické organizace, které podporují seniorskou populaci, jsou pevně spojeny s církevními strukturami. Dobrovolnické organizace zaměřené na dobrovolnickou činnost seniorů poskytují také podporu pro osoby finančně ohrožené – chudé jedince.

Tyto dobrovolné organizace vykazují nízkou úroveň profesionality a nedostatečné množství příležitostí ke školení. Navzdory rostoucímu počtu seniorů-dobrovolníků v sociální práci ji lze v posledních letech stále považovat jako marginální v rámci dobrovolného kontextu. Je to hlavně z důvodu omezené italské kapacity pro vybudování nové kultury solidarity, pro vytváření specifických programů pro nábor a cílenou motivaci, jakož i poskytování možnosti skutečných příspěvků za účast v organizacích.

- **Případová studie: Síť kontaktů starších lidí**
- **Obsah a cíle**

Toto opatření má za cíl řešit dopravu, společnost, společenské vztahy a potřeby seniorů, kteří žijí ve městě Carpi, s populací asi 67 000 lidí, která se nachází v provincii Modena v severní Itálii. Radnice provozuje pod svojí záštitou a prostřednictvím dobrovolnickou organizaci „ANESCAO“ (Centrum pro koordinaci seniorů, Sociální centra a zahrádkářské kolonie) a skupinu z katolické farnosti místního kostela.

Akce jsou prováděny na základě optimalizované sítě stávajících služeb a v souladu s ní. Hlavní dobrovolné činnosti se týkají přepravy starších lidí na odborné vyšetření, diagnostické testy a rehabilitační terapie dle lékařských termínů, nakupování, návštěvu hřbitovů a účasti na rekreačních aktivitách, jako jsou např. karetní hry. Dobrovolníci se také podílejí na organizaci a pořádání společenských akcí pro seniory v ANESCAO

komunitních centrech, jako například karaoke, karetní hry, bingo, čaje, kabaretní představení a filmy, anebo poskytují návštěvy v bytech a dělají společnost starším lidem, kteří nemohou opustit domov.

Tato iniciativa byla spuštěna, založena, samotnými dobrovolníky. Zpočátku byli dobrovolníci hlavními aktéry působícími jako tazatelé v rámci dotazníkového průzkumu, který provedli pro obecní správu a byl zaměřen na potřeby více než 75letých obyvatel v Carpi. Poté, co byl průzkum ukončen, obec Carpi dospěla k závěru, že nemůže podpořit zjištěné potřeby v důsledku nedostatku finančních prostředků.

Skupina dobrovolníků, která se v průběhu své činnosti během pohovorů dozvěděla o celé situaci, se sama rozhodla ke spuštění sociální služby.

Nápad uskutečnit tuto službu se stal přirozenou reakcí jednoho z koordinátorů dobrovolné činnosti při rozdávání dotazníku, během něhož se staršími lidmi strávil celé odpoledne a mluvil s nimi o jejich potřebách. Tak se jim rozhodl pomoci jen proto, že je přirozené a spontánní podporovat ty, kteří jsou v nouzi. Průzkum zdůraznil tři hlavní nejdůležitější oblasti potřebné pro starší osoby: doprava, kamarádství a společenské vztahy. Všechny aktivity jsou řízeny dobrovolníky ve věku 60 - 80 let.

- **Zapojení a účast**

Více než 100 starších dobrovolníků z farností se podílí na práci v komunitních centrech ANCESCAO. Po podrobném průzkumu je možné konstatovat, že některé vlastnosti dobrovolné skupiny pomáhají zapojit seniory ohrožené sociálním vyloučením. Všichni dobrovolníci jsou starší lidé, mnoho z nich je starších 75 let a většinou žijí sami (ovdovělí, rozvedení nebo osamocení). Prostřednictvím dobrovolnictví může jejich každodenní život dávat lepší smysl. Sociální začleňování příjemců projektu je podporováno prostřednictvím přístupu k dopravě, sociálním vztahům a společnosti.

Většina uživatelů je starších více než 75 let, žije sama, jsou to nemocní lidé postrádající rodinu a neformální pomoc. Mají potíže při přístupu ke službám a obvykle mají nízkou úroveň vzdělání.

Dobrovolníci byli školeni místními organizacemi: „Sofia sociální družstvo“, „Centrum dobrovolnického servisu“ (*Centro Servizi Volontariato*) a „Natalia Ginzburg University“ (*Università della Libera ETA*).

Sofia sociální družstvo poskytlo počítačový software pro správu osobních informací uživatelů, takže celou činnost lze zaznamenávat a v případě potřeby sít' využít za účelem analýzy dat o prováděné činnosti. Opatření není propojeno s žádnou odborovou organizací nebo organizací zaměstnavatelů, ale existuje spojitost s kanceláří na radnici. Životní podmínky se tak zlepšily díky dobrovolnické podpůrné skupině pomáhající starším lidem, kteří trpí Parkinsonovou chorobou nebo kteří prodělali cévní mozkovou příhodu.

- **Výsledky a efektivnost**

Z numerického pohledu se v roce 2009 uskutečnilo asi 9 000 dopravních asistencí (převoz, odvoz), bylo projeto 108 000 kilometrů, přes 8,165 hodin, uskutečnilo se asi 120 společenských akcí (scházení, sociální a solidární shromáždění), kterých se zúčastnilo okolo 6 800 účastníků, organizaci bylo věnováno asi 850 pracovních hodin a bylo vyřízeno asi 2,700 žádostí o radu nebo pomoc s pečovatelskou péčí.

Bylo vyřízeno více než 4,533 přátelských telefonátů týkajících se dobrovolné sociální práce. Kromě toho skupina koordinátorů odpracovala celkově asi 3 800 hodin pracovní doby. Nicméně, výsledky jdou daleko nad rámec pouhých údajů o pracovní době. Potřeby uživatelů jsou splněny, jejich kvalita života se zvyšuje stejně, jako jejich společenská angažovanost. K dispozici je lepší spojení do města a omezený pocit samoty. Tyto pozitivní účinky jsou monitorovány prostřednictvím osobních uživatelských souborů, které jsou pravidelně aktualizovány.

Kvalita dobrovolnického života se také zlepšuje - senioři dobrovolníci vnímají, že se jim dostane zpět co nejvíce z jejich úsilí. Kromě toho jejich silný pocit příslušnosti k dobrovolnické skupině podporuje úspěšnou aktivaci starších lidí do dobrovolné činnosti v sociální práci.

Jednou za měsíc má skupina diskusní setkání, během něhož dobrovolníci mohou diskutovat o svých pocitech a postojích vycházejících z jejich činnosti. „Věřit v to, co člověk dělá“, vytvářet pocit soudržnosti uvnitř sdružení a mezi dobrovolníky. Oni všichni sdílejí společnou vizi ve vykonávání projektových činností. Říkají, že je dobrovolnictví v sociální práci „drží“ a cítí se ještě mladší a nemají čas přemýšlet o svých bolestech.

- **Prvky výhod a bariér**

ANCESCAO poskytuje příležitost pro síť všech osmi místních komunitních center a církevních skupin. To je vnímáno jako důležitý výsledek, a to i z „politického hlediska“. V důsledku zvýšené sociální soudržnosti sdružení v Carpi s členstvím 4 650 osob, se sdružení stává jednou z nejpopulárnějších skupin a je nejlépe hodnocenou organizací ve veřejném mínění. Projekt dává seniorům dobrovolníkům příležitost být v jejich práci vyškoleni: sociálně psychologické kurzy jsou organizovány Centrem dobrovolné služby, další praktické školení jsou organizovány Sofia sociálním družstvem (jako jsou kurzy pro řidiče, organizace práce a vytváření sociálních sítí) a informace o technologiích (IT). Výcvik je poskytován učiteli z univerzity Natalie Ginzburgové (Free-Age University). Hlavní překážkou identifikovanou při zavádění opatření do praxe byl nedostatek finančních prostředků. Aktivita jsou drahé a financování z finančních fondů Carpi bylo vyčerpáno. V důsledku toho se školení dobrovolníků v sociální práci nemohou účastnit všichni zájemci o dobrovolnictví tak, jako v minulých letech.

- **Udržitelnost a přenositelnost**

Opatření, která byla zahájena v roce 2003, se stala „majákem“ pro vytvoření první skupiny seniorů dobrovolníků v sociální práci. Později se stal projekt větším a zahrnoval další nově vytvořené skupiny s názvem: „Most“ a „Kotva“. Jeho rozšíření bylo přirozené a silně motivované sdružením ANCESCAO.

Získávání finančních prostředků na aktivity probíhá z finančních zdrojů města Carpi, které zaručuje rozdělení finančních prostředků. Nicméně, o přesné částce není předem nikdy rozhodnuto. Část nových prostředků byla použita na nové tréninkové kurzy pro dobrovolníky a k nákupu několika nových účinnějších automobilů.

Z technického a provozního hlediska by některá opatření mohla být převedena také do jiných oblastí, a to zejména některé základní komunitní vlastnosti, jež jsou zde viditelně zachovány. Jedná se o silnou solidaritu a pocit být ve skupině, společenský život, scházení se a spoustu dobré vůle. Svěráznou charakteristikou této „dobré praxe“ opatření k prevenci sociálního vyloučení seniorů je rozhodující vůle senior-dobrovolníků vytvořit takového opatření a stát se jeho součástí. Dobrovolná činnost seniorů-dobrovolníků v sociální práci začala díky zkušenosti seniorů s rolí tazatelů v průběhu počátečního průzkumu. U seniorů-dobrovolníků se tak projevila jejich citlivost, motivace a intenzivní pocit oddanosti k místnímu komunitě - prvky, které

přispěly u seniorů-dobrovolníků k vytvoření inkluzivního sociálního procesu a vnitřní osobnostní cesty nejen pro sebe samotné, ale i pro ostatní seniory-dobrovolníky.

- **Souhrn**

Tato iniciativa přispívá ke snižování sociálního vyloučení seniorů-dobrovolníků, kteří jsou většinou osamělí, a dobrovolnictvím v sociální práci se zlepšuje kvalita jejich života. Příjemci opatření jsou většinou starší než 75 let a až na několik seniorů žijících ve vztahu jsou většinou často osamělí a nemocní, s omezeným přístupem ke službám a nízkou úrovní vzdělání. O uspokojení potřeb těchto starších lidí se starají společníci z řad seniorů- dobrovolníků, kteří se snaží aktivně napomáhat k jejich sociálnímu začleňování, dopravní mobilitě a sociálním vztahům.

(<http://www.carpidiem.it>,<http://www.fondazioneccarpi.it>, online).

Dánsko

- **Sociální začleňování seniorů-dobrovolníků do sociální práce v Dánsku**

Použití těchto koncepcí sociálního začleňování a vyloučení, jakož i jejich měření, je v Dánsku poměrně novým fenoménem. V Dánsku, stejně jako jinde v Evropě, sociální začleňování nahradilo dřívější politické zaměření na chudobu a dnes zahrnuje širokou řadu politických opatření, která jdou nad rámec pouhého ekonomického přerozdělování prostředků, a zaměřují se více na aktivní politiku, která prosazuje zapojení do společnosti, na trh práce, jakož i do jiných sfér společnosti.

Podle reprezentativních průzkumů provedených v letech 1976 – 2000 lze považovat 2,3% dánské společnosti za společensky vyloučené a riziko se dále zvyšuje podle narůstajícího věku. Mezi 60 -79letými seniory je 5% populace definováno jako sociálně vyloučené, ve srovnání s 24% seniorské populace ve věku 80 let a více.

Průzkumy zvýrazňují dynamické procesy sociálního začleňování a vyloučení a ukazují, že Dánsko je svědkem pozoruhodného nárůstu o cca 50% v oblasti sociálního začleňování již od poloviny roku 1970 zejména u starších lidí, především u osob ve věku 60 let a více. U osob 60 - 69letých se hlavní nárůst konal v letech 1986 – 2000 a předpokládá se, že důležitá změna souvisí se zlepšujícím se zdravotním stavem seniorské populace. Studie je založena na třech průzkumech reprezentativních vzorků z let 1976, 1986 a roku 2000, kdy se průzkumu zúčastnilo okolo 2000 osob.

Průzkumy také dokládají, že navzdory zvýšení sociálního začlenění mezi seniory v Dánsku, je stále větší pravděpodobnost vyloučení ze společnosti ve srovnání s mladšími lidmi z hlediska společenských vztahů, profesní a politické aktivity i volnočasových aktivit a zdravotního stavu. Zatímco 17% z celkové dospělé populace v Dánsku lze považovat za vyloučenou, pokud jde o sociální vztahy, zvyšuje se počet na 24% mezi 60 - 69 letými, 35% mezi 70 - 79letými a více než polovinu starších osob, jejichž věk přesáhl 80 let. Dále se uvádí, že malé, nebo žádné společenské vztahy nemá 53%. Dle dalších zdrojů a zpráv vyplývá, že tato čísla nebudou spojena jen se samotou. Zatímco ve věkové kategorii 67 - 82 let může být v Dánsku považováno 15% seniorů za citově osamělé (definováno jako: sami opuštění navzdory svému přání být v kontaktu s ostatními lidmi), většina těchto osob byla v kontaktu s dětmi, rodinou nebo přáteli v minulém týdnu 13% a jen 2% lze považovat za sociálně izolované. Samota není statistickou situací. Většina starších lidí – seniorů je dříve, nebo později osamělých a jejich počet se bude do budoucna zvyšovat.

Dlužno podotknout, že je to spojení mezi sociální izolací a dalšími problémy a zdá se, že osamělost zasahuje zejména ty, kteří jsou fyzicky, duševně a sociálně slabí.

U starších lidí v Dánsku je také více pravděpodobné, že budou sociálně vyloučeni, pokud jde o profesní nebo politickou činnost, než u mladší generace. Vzhledem k tomu je z hlediska věku vyloučeno 15% osob z celkové dospělé populace, což zahrnuje 13% ve věku 60 - 69 let, 25% ve věku 70 - 79 let a 45% ve věku 80 - 93 let (Larsen, 2004).

Tato nečinnost se může týkat především profesních činností. Jiné studie ukazují, že starší lidé jsou často aktivními členy politických stran, v nichž jsou vysoce zastoupeni a tvoří zde 40% všech členů. Senioři jsou také ve velké míře zastoupeni mezi voliči.

Pokud jde o trávení volného času, jsou v Dánsku senioři vyloučeni ve větší míře, přičemž se jedná o 11% z celkové dospělé populace. Málokdy, nebo nikdy se účastní volnočasových aktivit 17% ve věkové kategorii 60 - 69 let, 30% lidí 70 - 79 letých a 57% ve věku 80 - 93 let.

Není divu, že jsou starší lidé vystaveni vyššímu riziku sociálního vyloučení kvůli špatnému zdravotnímu stavu než mladší generace. Vzhledem k tomu, že 7% z celkové dospělé populace lze považovat za vyloučenou, pokud jde o špatný zdravotní stav, tento podíl činí 10%, u 60 - 69 letých, 18% v případě 70 - 79 letých a 32% u 80 - 89 letých (Larsen, 2004).

Špatný zdravotní stav se zdá být obecně spouštěcím faktorem pro sociální vyloučení. Kromě toho je sociální vyloučení často spojené se špatným zdravotním stavem. Naopak u starších lidí je více pravděpodobné, že budou v lepším postavení než mladí lidé, pokud jde o pohodu a materiálně - hospodářské zajištění. Vzhledem k tomu lze 8% obyvatelstva obecně považovat za relativně chudou, pokud jde o hospodářskou chudobu a deprivaci, tento podíl se snižuje podle věku, a to je jen na 4% u 60 - 69letých, 6% u 70 - 79letých a 8% u 80 - 93letých (Larsen, 2004).

Chudoba je mezi mladšími lidmi však často přechodný stav, mnozí z nich jsou studenti nebo uchazeči o zaměstnání, zatímco chudoba mezi staršími lidmi je méně dynamická, u jejich příjmů je méně pravděpodobné, že se budou v průběhu času razantněji více, či méně měnit.

- **Dobrovolnictví v Dánsku**

Dobrovolnické organizace hrají v dánské společnosti důležitou roli. Navzdory rozsáhlé úloze veřejného sektoru v severských zemích existuje mnoho sdružení, která mají ve srovnání s celkovou dánskou populací, stejně jako v ostatních severských zemích, vysoký podíl členství. Existují zde dobrovolnické organizace od malých sdružení s pouze několika členy, až po národní a profesní organizace pracující ve velkém měřítku.

S ohledem na seniory bylo provedeno mnoho významných změn v činnosti, úrovni profesionality a organizační formy dobrovolné práce pro tuto skupinu uživatelů. Tyto sahají od nezávislých neziskových sdružení a pečovatelských domů, jež vycházejí z idealistického nebo náboženského základu, až po seniorské asociace a jednotlivé dobrovolníky.

Účast seniorské populace na dobrovolné činnosti je považována za významný přínos pro celou společnost, ale samozřejmě také pro seniory samotné. U starších lidí je však méně pravděpodobné, že budou aktivnější v oblasti dobrovolnické činnosti než zbytek ostatní populace. Z hlediska věku je pravděpodobné, že dobrovolnická činnost bude vrcholit ve věku 40 let a poté bude klesat. U osob starších 66 let se jedná meziročně o 25% účast na dobrovolných činnostech, která je častější než u mladších lidí, jež jsou aktivní v rámci sdružení nebo organizace. Starší lidé jsou zvláště aktivní v činnostech souvisejících se sociální a zdravotní péčí, jako skupina jsou považováni za

méně nápaditou a svoji dobrovolnickou činnost směřují na pacienty s nižším vzděláním a mimo trh práce.

Ti, kteří jsou ve věku 60 let a více, jsou aktivnějšími při výkonu dobrovolnické práce v průměru o 18 hodin měsíčně. Je o něco více pravděpodobné, že se senioři po vyzvání stanou spíše dobrovolníky v sociální práci než mladší lidé. Jedním z důvodů může být například lepší „kontaktní síť“ bývalých kolegů. Pokud jde o neúčast mladších lidí, hlásí nedostatek času 42% lidí ve věku 66 let, 75% mezi 30 až 49 let, ale i u starších osob je více pravděpodobné, že uvedou nezáměr pracovat jako dobrovolník v sociální práci (21% u 66letých a starších osob, 15% u 30 - 49 letých osob). Nicméně obecně platí, že úroveň vzdělání je rozhodujícím faktorem pro nedostatek zájmu.

Z výpovědí respondentů vyplývá, že čím vyšší je úroveň vzdělání, tím menší je pravděpodobnost, že nebudou mít zájem o dobrovolnickou práci. U starších lidí je obecně nižší úroveň vzdělání než u zbytku populace. V analýze se ukázal být pro neúčast rozhodující zejména špatný zdravotní stav: 54% z více než 66letých osob a 11% ve věku 50 - 66 let nahlásilo jako důvod neúčasti špatný zdravotní stav.

Celkově lze říci, jaké aspekty se dají být rozhodujícími pro účast seniorů na dobrovolnické práci. Prostředky k účasti obsahují jednotlivé zdroje zejména s ohledem na zdraví seniorů, což je zvláště určující aspekt pro starší osoby, které se chtějí aktivně zapojit do dobrovolnické práce. Nicméně příležitost dodržování určité struktury a institucionalizovaného nastavení se zdá být i pro seniory osobně také důležitá. Většina seniorů vykonává dobrovolnou práci v rámci sdružení, nebo organizace. Individuální zájmy a preference jsou důležité a mohou se lišit v průběhu celého života.

Starší lidé v Dánsku se častěji podílejí na dobrovolnické činnosti související se sociálními a zdravotními problémy a to se může ve výsledku jednoduše odrážet v jejich zájmu v této oblasti. V analýze sociálního vyloučení seniorů v Dánsku je uvedeno menší dobrovolné zapojení do volnočasových a politických aktivit, jež by měly být rovněž analyzovány ve vztahu k jejich větší pravděpodobnosti sociálního vyloučení v této oblasti. Je také třeba poznamenat, že zájem o dobrovolnou práci závisí na vzorech získaných od ostatních členů rodiny, kteří byli zapojeni do dobrovolné činnosti a seniorská populace tak může hrát značnou roli v inspiraci pro ostatní členy rodiny a jejich zapojení v dobrovolnické práci. A konečně, celkový kontext je důležitým při určování politiky a finančního rámce, ale také normy související s dobrovolnou prací. Zdá se, že rozsáhlý sociální stát nevede k nižšímu a aktivnímu zapojení do

dobrovolnické činnosti. Účast seniorů v dobrovolnictví se nezdá být individuální reakcí na špatně vykonávanou činnost sociálního státu.

- **Případová studie: „Starší pomáhají starším“**

- **Obsah a cíle**

„Starší pomáhají starším“ (*Aeldrehjaelperaeldre*) nebo „Celková pohoda seniorů“ (*Aeldrestrivselokalt*) jsou projekty, které si kladou za cíl zabránit samotě u seniorů, bojovat proti ní a podporovat mezi seniory ty nejslabší prostřednictvím zapojení dalších více „vynalézavých“ starších lidí.

Projekt byl zahájen v roce 1996, a to díky finančním prostředkům od Ministerstva práce a sociálních věcí. V roce 1999 získal z ministerstva 1,4 milionu € (10 milionů dánských korun). V roce 2000 bylo národní financování sníženo, avšak místní financování bylo nadále podporováno. V roce 2003 získal projekt z ministerstva znovu národní finanční prostředky ve výši 4,7 milionů € (34,4 milionů DKK) a v roce 2007 financování pokračovalo s 2,4 miliony € (17,4 milionů dánských korun) na období 2007 - 2011.

Cílovou skupinou projektu jsou starší lidé ve věku 60 a více let, a to jak mezi nejslabšími seniory, tak i mezi aktivními, což jim brání stát se v dlouhodobém horizontu osamělými. Projekt navazuje na myšlenku rovných vztahů mezi uživateli a dobrovolníky a jeho cílem je posílit postavení starších dobrovolníků, což jim zajišťuje nejen účast a podílení se na tomto projektu, ale také skutečnost, že se cítí být podporováni v plnění dalších dobrovolnických aktivit.

Projekt je organizován národní asociací „Mobilizace stáří“ (*Aeldremobiliseringen*) a je jejím největším dobrovolnickým projektem. „Mobilizace stáří“ se zabývá národními vztahy mezi organizacemi – sdružením pracujících seniorů a politickými otázkami týkajícími se starších osob. Členství ve sdružení nebo „Mobilizaci starších“ není nutné pro účast v rámci projektu. Celkové řízení, koordinace, supervize, reporting a informace jsou prováděny odborníky, kteří jsou zaměstnáni centrálně a lokálně v rámci projektu, ale dobrovolníci jsou zapojeni do všech úkolů, které se týkají místních projektů, a stejně jako subjekt jsou přímo zapojeni do poskytování podpory pro méně aktivní seniory. Všechny nové skupiny musí projít pěti fázemi: příprava, start-up, zřízení, údržba a rozvoj, v rámci projektu kurz pro

dobrovolníky. Kurzy byly vytvořeny tak, aby dobrovolnické skupiny mohly fungovat samy o sobě a bez odborného zásahu se sami rozvíjet.

Do roku 2007 bylo uskutečněno 65 aktivit zaměřených především na společenském životě a pomoci za předpokladu účasti seniorů-dobrovolníků pracujících v sociální práci.

Většina uživatelů využívala návštěvní služby, při kterých za nimi docházeli dobrovolníci 43%. Mnoho uživatelů získalo pomoc s praktickými úkoly 31%, nebo tyto úkony vykonávají společně s dobrovolníkem (cvičení kolem židle 13%, chůze 17%, cvičení s přáteli 5%). Další dobrovolnické služby využívá 8%, práce v dílně 5% nebo jiné činnosti 16% - včetně čtecí služby, karetních her, telefonní sítě, počítačových dovedností, ostatní volnočasové činnosti nebo nákupy s návštěvou spotřebních služeb.

Od samého začátku se předpokládalo, že činnosti by měly být vnímány jako doplněk k již existující komunální činnosti a nikoliv náhradou za ně. Je třeba zdůraznit, že některé činnosti, jako je například nákupní služba, rovněž vstoupí do kategorie sociálních služeb, protože jejich nabídka a poskytování je považováno za nedostatečné.

- **Zapojení a účast**

V roce 1998 bylo registrováno 94 dobrovolnických skupin, v roce 1999 jejich počet vzrostl na 125 dobrovolníků a v roce 2006 již na 264.

Z celkového počtu 198 obcí v roce 2006 byly místní projekty realizovány ve 135 obcích. Je naděje, že se projekt bude vztahovat na celou zemi. Počet dobrovolníků vzrostl z 1 500 v roce 1998 na 3 500 v roce 2006. Dobrovolnictví v průměru trvalo až pět hodin týdně v roce 2005 a celkem tvořilo 24 500 hodin týdně.

Perspektiva uživatelů byla předmětem hodnocení provedeného v roce 2007, byl rozeslán dotazník pro 225 uživatelů, vyhodnoceno 60% odpovědí. V roce 2006 počet uživatelů vzrostl na 9 147 a činností se podařilo dosáhnout motivace zejména pro ty, kteří jinak nepřijímají jakoukoli dobrovolnickou pomoc, což bylo jedním z hlavních cílů projektů. Někteří, 79% uživatelů, obdrželi pouze dobrovolnou podporu z tohoto projektu. Projekt se také zaměřil na oslovení těch, kteří se cítili osamělí. Ale ne všichni uživatelé byli označeni mezi nejvíce zranitelné, přičemž pouze 31% uživatelů, kteří se považovali za osamělé a cítili se tak, se zapojilo do projektu.

Většina uživatelů se dozvěděla o projektu prostřednictvím svých přátel či sousedů 32% nebo od jejich pomocníka v domácnosti 21%, přičemž se uskutečnila

roční domácí preventivní návštěva nabízená obcí 14% nebo na základě reklamy v místních novinách 14%, zatímco 8% bylo informováno od vlastních rodin (zbytek neodpověděl, nebo citoval jiný zdroj). To vedlo „Mobilizaci stáří“ k závěru, že je třeba vyvinout větší úsilí k zajištění kvalitnější propagace projektu a služeb s ním souvisejících.

Doprovod k zajištění vlastních potřeb se stal hlavním požadavkem uživatelů služby, 54% uživatelů se vyslovalo, že to byl hlavní důvod pro jejich spojení s organizací, následuje pocit bezpečí 27%, pro zábavu a zkušenosti z nových věcí 27%, dostat se z domova 23%, na cvičení 16% nebo v důsledku udržení sociální sítě 13%, (zbytek neodpověděl, nebo citoval jiný důvod).

- **Výsledky a efektivnost**

V roce 1999 byla v první v řadě provedena evaluace k externímu hodnocení projektu z financování z ministerstva práce a sociálních věcí. Výsledky naznačují, že mezi uživateli a dobrovolníky existuje všeobecná spokojenost s projektem, a dokonce se k projektu připojilo několik jeho uživatelů jako dobrovolníci.

Vyhodnocení mezi dobrovolníky v roce 2005 ukázalo, že 76% mužů a 73% žen činných jako dobrovolníci uvedlo, že dobrovolnictví v rámci tohoto projektu je povzbudilo, aby se aktivně zapojili do dalších aktivit. Ve skutečnosti 52% mužů a 60% žen již působilo v různých formách dobrovolnické práce. Většina z nich byla součástí projektu na dlouhou dobu, v průměru pět let a šest měsíců u mužů a čtyři roky a čtyři měsíce u žen, a všichni vyjádřili spokojenost s projektem.

Když se ptali na jejich motivaci k dobrovolnictví, 95% uvedlo, že jejich hlavní motivací byla radost z pomáhání druhým; 83% dalo dobrovolnictví smysl jejich života; 64% uvedlo, že získali nové přátele a 45%, že to je dobrý způsob, jak strávit svůj volný čas.

Zdá se, že bylo dosaženo spokojenosti na všech stranách. Při hodnocení uživatelů v roce 2007 hodnotilo 85% uživatelů podporu jako „velmi dobrou“. Celkově 76% uživatelů získalo pocit, že jejich kvalita života se zvýšila na základě projektové činnosti, 34% se domnívá, že se jejich zdravotní stav zlepšil (51% mělo pocit celkového uzdravení). Uživatelů, kteří se cítili být osamělí, než se zapojili do projektu, bylo 31%. 74% má v současnosti pocit, že jsou teď méně osamělí. Celkově 76% uživatelů uvedlo, že se jejich kvalita života v rámci účasti na projektu zvýšila a 82% vyslovalo, že oni sami často cítili, že účastí na projektu něco získali.

- **Prvky výhod a bariér**

Národní a místní financování zahrnovalo dobrovolnické organizace s profesionálním řízením seniorů, což vedlo ke značnému úspěchu celého projektu. Jedním z problémů, u nichž se předpokládá, že vzniknou při realizaci celého projektu, je nutnost zvláštního úsilí u dobrovolníků zapojených do již zavedených skupin, které již vykonávají po určitou dobu dobrovolnickou činnost, a potřeba motivovat je takovým způsobem, aby jejich aktivita neztrácela na intenzitě. Vyhodnocení projektu dobrovolníky také ukázalo, že sami dobrovolníci cítili, že si po ukončení činnosti v projektu ze své dobrovolnické činnosti něco odnesli (Aeldremobilisering, 2005).

- **Udržitelnost a přenositelnost**

Projekt byl spuštěn v roce 1996. Stávající financování se vztahuje na období do roku 2011. Projekt se úspěšně rozšířil a nyní pokrývá 70% země. Potenciál pro převoditelnost se zdá být vysoký. Hlavním faktorem může být centrální koordinace a řízení, což může být jednodušším aspektem v předávání znalostí.

- **Souhrn**

Zdá se, že projekt, který významně přispívá ke snižování sociálního vyloučení těch nejzranitelnějších seniorů, stejně jako k prevenci aktivních seniorů od sociálního vyloučení v dlouhodobém horizontu. Poukázal na křehkou problematiku organizací a jejich vztahů vznikajících na základě nedostatečných příležitostí pro dobrovolnickou síť (Eldremobiliseringen, Suomisvej 3, DK-1927 Frederiksberg C, online), (<http://www.aeldremobiliseringen.dk>, online).

Hlavním cílem tohoto projektu je nahlédnout blíže na dobrovolnictví starších osob ohrožených sociálním vyloučením s cílem určit v první řadě situaci ve společnosti, zda a do jaké míry dobrovolná činnost může představovat vhodnou míru pro snížení nebo prevenci sociálního vyloučení.

Z nezávislého, ale kvalitního zdroje bylo zjištěno, že řada rizikových faktorů, jako je věk, zdravotní stav, typ domácnosti nebo faktory životního prostředí, byly identifikovány, jako vysoce rizikové v kombinaci s několika těchto faktorů, což může ve výsledku vést k sociálnímu vyloučení starších lidí-seniorů. To však není nijak překvapující, protože dobrovolnictví je u ohrožených skupin mnohem méně pravděpodobné v porovnání s ostatními skupinami starších lidí.

Z analýzy přínosů z dobrovolnictví pro jednotlivce a společnost je možné učinit závěr, že dobrovolná činnost má potenciál k podpoře sociálního začlenění pro ty, kteří jsou ovlivněni výše uvedenými riziky a zároveň může zajistit následující hlavní zásady aktivního stárnutí tak, aby všechny skupiny starších lidí mohly převzít aktivní roli ve společnosti.

Dobrovolnictví v sociální práci v Japonsku

Společenskou situaci seniorů v Japonsku, zásadně ovlivňuje celé její populační stárnutí. Ve stárnutí japonské populace byl v posledních letech zaznamenán markantní nárůst, stejně jako v ČR. Z celkové prognózy vyplývá, že během roku 1950 bylo evidováno 5% populace seniorů starších 65 let a během dalších let zůstala skupina seniorské populace poměrně stabilní. V průběhu dalších let však začala seniorská populace narůstat a v roce 1989 její počet vzrostl na 11,6%. V roce 2000 dosáhla na 16,9% a na téměř 25,2% by měla dosáhnout v roce 2020. Ve Spojených státech byl zaznamenán ve věkové skupině populace seniorů 64 + nárůst od 7% do 14%, který trval 75 let; ve Velké Británii a Německu takový nárůst trval 45 let. Stejnou expanzi zaznamenali v Japonsku jen za 24,5 let, a to již v na konci roku 1970 o 7% a o 14% v roce 1995 (*Japan Today*, "Aging in Urban Japan – Intergenerational Reading in Tokyo" 2017, online).

Stáří a seniorský věk pro Japonce představuje v ideálním případě čas uvolnění od společenských povinností, pomoc na rodinné farmě nebo dětem a příbuzným při podnikání, aniž by nesli hlavní odpovědnost na chodu ve společenském životě, stávají se příjemci ohleduplné péče od rodiny a vážnosti z komunity, ve které žijí. Do konce roku 1980 se v Japonsku uvádí vysoká (ačkoli klesající) míra sebevražd u seniorské populace a pokračující existence chrámů, kde se bylo možné modlit za rychlou smrt, i když tento „ideál vlastního konce“ nebyl vždy splněn. V Japonsku je státní svátek s názvem „uctívání matek“, ale pro mnoho lidí je to jen další z mnoha svátků a je často přijímán jako další den dovolené.

Autobusy a vlaky mají uvnitř znaky u vyhrazených míst, která mají lidem připomenout, aby se vzdali svých sedadel ve prospěch spolucestujících ze seniorské populace. Mnoho japonských seniorů si přeje nadále žít plnohodnotný život, který zahrnuje výdělečné činnosti a úzké vztahy s dospělými dětmi.

I když byl standardní důchodový věk v Japonsku od poválečného období přibližně 55 let, od roku 1980 stále častěji pracují Japonci ve věku 65 a více let více, než v jakékoli jiné vyspělé zemi. V roce 1987 tak stále pracovalo asi 36% mužů a 15% žen v této věkové skupině a byli tak řazeni mezi plnohodnotné pracovní síly. V roce 1996 asi 90% Japonců uvedlo, že si přejí pokračovat v práci po dosažení věku 65 let, pro tuto volbu uvedli finanční i zdravotní důvody. Mezi dalšími faktory se objevila zažitá pracovní morálka a u mužské populace zejména udržování pánských společenských vazeb na celém pracovišti, což však může být také relevantní. Zaměstnání nebylo vždy dostupné, ale i ženy a muži, kteří pracovali po odchodu do důchodu, obvykle zaznamenali značné škrty v osobní finanční situaci a společenské prestiži. V letech 1981 až 1986 se podíl lidí nad 60 let, kteří uvedli, že veřejný penzijní fond byl jejich hlavním zdrojem příjmů, zvýšil z 35% na 53%, zatímco ti, kteří spoléhají nejvíce na svoji vydělanou mzdu, klesl z 31% na 25% a ti, kteří spoléhají na děti, se snížil z 16% na 9% (Kingston, Jeff, s. 43, 2011).

Na konci dvacátého století byl trend směrem k jednogeneračnímu typu rodiny namísto třígenerační domácnosti, již sami opouštějí starší lidé, kteří byli zvyklí na tradiční rodinné hodnoty a očekávali během svého stáří dožít s rodinou svého syna. Podíl bydlení seniorů u dětí se snížil z 77% v roce 1970 na 65% v roce 1985, i když tato míra byla stále mnohem vyšší než v jiných industrializovaných zemích. Počet starších osob bydlících v japonských domovech seniorů či domech s pečovatelskou službou se také zvýšil z asi 75 000 v roce 1990 na více než 216 000 v roce 1997.

Ale přesto tato skupina byla malou částí z celkové populace seniorů. Lidé žijící sami, nebo s partnery představovali 32% osob. Méně než polovina z těch, kteří odpovídali ve vládním průzkumu věří, že povinností nejstaršího syna je postarat se o rodiče, ale 63% dotazovaných odpovědělo, že to je přirozené, aby se děti postaraly o své staré rodiče. Změnou ve společném bydlení se zřejmě změnilo uspořádání zemědělské společnosti, nastaly však problémy, jak se vyrovnat se současnými okolnostmi v moderní době, jako je nemoc nebo ovdovění v post-industriální společnosti.

Zdravotní stav seniorské populace je odrazem této společnosti, je na ni kladen velký důraz a značná pozornost v celé japonské společnosti. Odpovědnost za péči o seniory trvale připoutanými na lůžko nebo senilní jedince však stále přechází hlavně

na rodinné příslušníky, obvykle na manželky prvorozených synů (<https://www.ft.com/content/07d4c8a8-7e45-11e3-b409-00144feabdc0>, online).

- **Japonské populační stárnutí**

Zatímco se Japonsko zaměřuje svou politikou na rady lékařských odborníků, aby zjistili, jak se co nejlépe zabývat snižujícím se počtem obyvatelstva, klesající pracovní silou a náklady na výchovu pro seniorskou péči, hlasy starších lidí jsou sami o sobě jen zřídka slyšet.

Nejenže mnoho seniorů si přeje zůstat v pracovním procesu a zahnat tak své psychické i fyzické zdravotní problémy, ale jsou tak i motivováni k účasti na společenských aktivitách nebo k rozvíjení svých koníčků a volnočasových aktivit - jejich „smyslu života“, aby se tak zabránilo jejich nejhorší obavě stávající z představy, že se stanou přítěží pro své rodiny (Inger, Maleen B., 2014, s. 24-29).

Japonští senioři mají snahu udržet se užitečnými a produktivními a podílet se na dobrovolné činnosti v sociální práci v organizacích občanské společnosti a v komunitních projektech. Někteří aktivnější senioři vstoupili do spolupráce se zámořskými rozvojovými projekty pod záštitou japonské organizace „Overseas“, dobrovolnického sboru. Japonští senioři pracující v sociálních službách jsou také podporováni v rozvoji fyzických aktivit, v rozvoji mentálních praktik, jako je čtení nahlas, což je považováno za velmi prospěšné, aby se udržel krok a schopnost koncentrace, což je daleko náročnější než jen čtení potichu. Starší aktivní populace také ustupuje rostoucímu spotřebitelskému trhu v rozmezí od trávení volného času a vzdělávání, až po zdravotní péči a bydlení (*Japan Today*, "Aging in Urban Japan – Intergenerational Reading in Tokyo" 2017-01-13, online).

Mezigenerační inovativní výzkum stárnutí společnosti v Japonsku s názvem „Sympathy“ byl zahájen v roce 2004 v tokijské Metropolitní oblasti, která má 20,47 % osob starších 65 let (což je pod průměrem země); (Kingston, Jeff, s. 43, 2011).

Tento projekt byl zahájen výzkumným týmem zapojeným do společnosti za podpory tokijského Metropolitního institutu gerontologie a zdraví (TMIG) a později byl sponzorován ministerstvem zdravotnictví, sociální péče a práce.

Tým byl motivován tak, aby zatímco studuje seniory ve společnosti a jejich aktivní účast na dobrovolnictví v Tokiu, sledoval i mezigenerační výměnu mezi staršími dobrovolníky, jejich práci s dětmi a to, jak se navzájem ovlivňují a jaký výsledek to produkuje (Productivity Research of Intergenerational Productivity Sympathy, 2013).

Po ukončení třítydenního vzdělávacího semináře dobrovolníci navštívili veřejné základní školky, školky a speciální školy, ale i střední školy v závislosti na poptávce počtení a sezení s obrázkovou knížkou. Senioři-dobrovolníci mohli rozhodnout o příslušném typu knihy pro příslušnou věkovou skupinu, které se chystali číst, nebo někdy dostali možnost číst staré příběhy, jako jsou starobylé japonské mýty a legendy, které slyšeli během svého dětství. Taková dobrovolnická činnost podporuje starší generace vykonávat intelektuální činnosti při přenosu moudrosti a přispívání k mentálnímu růstu mladších generací. Ačkoli je dobrovolnická činnost seniorů pracujících se žáky do značné míry závislá na poptávce ze škol a iniciativě dobrovolníků, ze zkušeností vycházejí významné dopady jak na mladou generaci, tak na samotné seniory. Zatímco pro studenty se takové setkání se seniory stalo osvěžující změnou běžného školního dne, které bylo doplněné vzrušujícími kulturními příběhy, prospěšné zlepšení zdraví bylo zjištěno také u seniorů dobrovolníků, kteří se intenzivně na této dobrovolnické činnosti podíleli. Celkově lze říci, že dobrovolnická činnost obsahuje prvky mezigeneračních aktivit, které mohou být snadno přijaty a zavedeny do jiných komunit, seniorům pomáhá zůstat aktivními a užitečnými pro komunitu, ve které žijí (*Japan Today*, "Aging in Urban Japan – Intergenerational Reading in Tokyo".2017, *online*) Tento druh dobrovolného programu se může stát jednoduchou odpovědí na podporu dalšího životního uplatnění a zdravé aktivity pro starší populaci seniorů a její zapojení do japonské společnosti (Productivity Research of Intergenerational Productivity Sympathy, 2013, *online*).

- **Japonští senioři a potřeba jejich dobrovolnické práce**

Tak jako je část japonské populace v seniorském věku, stejně tak jsou na tom také její pracovní síly. V roce 1990 bylo asi 20% japonské pracovní síly složené z pracovníků ve věku 55 a více let. Japonské ministerstvo práce předpovídalo, že do roku 2000 se o 24% zvýší počet ekonomicky aktivního obyvatelstva (téměř jeden ze čtyř pracovníků by byl v této věkové skupině).

Tento demografický vývoj s sebou přináší jak makroekonomické, tak i mikroekonomické problémy.

Na národní úrovni má Japonsko potíže s financováním důchodového systému a budoucnost jeho důchodového systému bylo hlavním tématem při volbách ve Sněmovně reprezentantů v roce 2005. Na podnikové úrovni jsou problémy s rostoucími mzdovými náklady a nedostatkem vedoucích pozic (Inger, Maleen B, s. 24-29, 2014).

Ve většině japonských firem platy stoupají s věkem pracovníků. Vzhledem k tomu jsou mladší pracovníci placeni méně, jsou však více atraktivní pro zaměstnavatele, obtíže při hledání zaměstnání se zvyšují s věkem. Tento vzor svědčí o míře nezaměstnanosti u různých věkových skupin, podle počtu uchazečů na jedno volné pracovní místo pro každou věkovou skupinu. S volnými pracovními místy manipulují úřady práce. Vzhledem k tomu, jak japonská populace stárne, mohou tyto trendy v budoucnosti stále růst.

Většina japonských společností vyžaduje, aby zaměstnanci odcházeli do důchodu po dosažení určitého věku. Od poválečného období to byl věk 55 let. Vzhledem k tomu, že vyplácení vládní platby sociálního zabezpečení obvykle začíná ve věku 60 roků, zaměstnanci jsou nuceni profesně zaplnit pětiletou mezeru. V roce 1986 přesto prošel zákon, který poskytuje různé pobídky firmám zvýšit zaměstnanecký věk odchodu do důchodu na 60 let. Mnoho japonských společností tak automaticky zvýšilo věk odchodu do důchodu, který si stanovily částečně v reakci na tento právní předpis. A to i přes politiku povinného odchodu do důchodu mnoho japonských společností umožňuje zaměstnancům dále pracovat i po dosažení věku 60 let, i když obecně se sníženými platy. Lidé nad 60 let pokračují v práci z různých důvodů: k doplnění nedostatečných důchodových příjmů, dát smysl svému životu nebo zůstat v kontaktu se společnostmi (Kingston, Jeff, s. 43, 2011).

Jak japonská populace stárne, finanční zdraví veřejného penzijního plánu se stále zhoršuje. Aby nedošlo k masivnímu nárůstu čerpání penzijního pojistného, vládou reformovaného systému v roce 1986, došlo ke snížení úrovně dávek pro seniorskou populaci a k neustálým vládním reformám, z nichž je současný stanovený věk, ve kterém pro seniory začínají výhody od 60 až 65 let. V rámci revidovaného systému došlo k nastavení příspěvků placených z rovného podílu od zaměstnavatele

a zaměstnance, který se rovná asi 30% ze mzdy, na rozdíl od 40% ze mzdy podle starého systému. Problémy však vznikají při nárůstu zajištění pracovních příležitostí, pro věkovou skupinu osob ve vyšším věku než 60 až 65 let (Kingston, Jeff, s. 43, 2011).

- **Japonští senioři a jejich dobrovolnická činnost v zámoří**

Vzhledem k tomu, že stále více Japonců dosahuje důchodového věku, hledají i druhou cestu k vlastnímu naplnění tím, že se snaží, v případě, že opustí svoji práci, vrátit se zpět do společnosti. Stejně jako v mnoha jiných zemích, jsou nutné dovednosti, zkušenosti a znalosti, které japonští senioři mají. Mnozí japonští senioři se tak i přes těžké požadavky jazykových znalostí stávají účastníky dobrovolnických programů, jsou to však senioři, kteří jsou schopni zdokonalit své jazykové znalosti a stávají se dobrovolníky v zámoří, kde pracují v rámci své dobrovolnické činnosti jako výzkumníci, zaměstnanci firmem nebo v sociálních službách (Kingston, Jeff, 2011, s. 43).

Nábor a dobrovolnickou činnost pro japonské dobrovolníky zajišťuje Nippon Foundation Association (NISVA), která od roku 2004 organizuje pro seniory-dobrovolníky účast na projektech v zámoří. Program vysílá dobrovolníky, kteří pomáhají v každodenních technických a sociálních dovednostech, jako je svařování nebo šití, pomoci zlepšit život lidí v rozvojových zemích na Filipínách, Srí Lance a v Indonésii.

Základní kvalifikace vyžadované od dobrovolníků NISVA jsou, aby to byli muži nebo ženy ve věku mezi 50 a 70 roky a v dobrém zdravotním stavu. Musí být nadšeni pro svoji dobrovolnou práci a usilovně se snažit využít svých schopností a znalostí, aby prospěli místní komunitě, a obvykle jsou zapojeni po dobu jednoho až dvou let. Dobrovolnický program přiřazuje místní asistenty jako tlumočníky, takže je možné začlenit do dobrovolnické činnosti mnoho dalších seniorů, kteří již předtím byli vyřazeni ze zámořských dobrovolnických programů z důvodu jazykové bariéry, včetně vysloužilých dobrovolníků, kteří již ukončili svoji dobrovolnickou činnost v jiné zemi, bývalých zaměstnanců různých společností nebo žen z domácnosti, aby se zapojily do mezinárodní spolupráce. (<https://www.theguardian.com/social-care-etwork/2014/nov/18/dementia-care-japan-community-volunteer-schemes>, online).

Úkoly jsou stanoveny prostřednictvím rozhovorů a na základě vyhodnocení programů požadovaných neziskovými organizacemi, místních samospráv, průmyslových skupin, soukromých firem a škol v rozvojových zemích, se zaměřením na potřeby projektu, pro veřejně prospěšné účely. Aby byla zajištěna udržitelnost projektu, náklady na činnost dobrovolníků a ubytování jsou v zásadě placené hostitelskou organizací. Organizace souhlasící s tímto přístupem jsou upřednostněny při přiřazování dobrovolníků.

Organizace NISVA začala s vysíláním dobrovolníků od roku 2005, od ostatních expedičních programů se liší způsoby náboru dobrovolníků, senioři-dobrovolníci jsou vybíráni na základě kvalifikace. Avšak ve srovnání s jinými projekty nesou hostitelské organizace větší odpovědnost, pokud jde o náklady na projekt a ubytování. Zpočátku bylo velmi obtížné seniory-dobrovolníky přesvědčit. Nicméně s pomocí nadace NipponFoundation a dalších partnerských organizací byly vypracovány takové dobrovolnické programy, že jejich pověst a spolehlivost rostla mezi hostitelskými organizacemi a dostávala se do širokého povědomí. Počet žádostí o seniory-dobrovolníky se postupně zvyšoval.

Organizace NISVA otevřela svoji kancelář a získala potřebné certifikace od roku 2008 na Filipínách. Na Srí Lance a v Indonésii program obdržel podporu od místních nevládních organizací při umístování japonských dobrovolníků. V důsledku toho se počet odeslaných starších dobrovolníků zvýšil z 11 v roce 2005 na 34 v roce 2009 a zůstal od doby první realizace každý rok nad 30. Tito starší senioři dobrovolníci překonali rozdíly v jazyce a životním stylu a prostřednictvím svého úsilí pomohli v předávání dovedností a technik, které dále prohlubují vzájemné mezilidské vazby, což vede k pocitu užších vazeb mezi těmito místními komunitami a Japonskem.

Skutečnost, že NISVA a její flexibilní přístup není orientován jen směrem k přenosu moderních technologií ve společnosti, je jedinečným rysem tohoto programu, což také zvýšilo nezávislost mezi partnerskými institucemi. U jednoho projektu v obci Sual na Filipínách, kam jsou vysíláni senioři-dobrovolníci od roku 2007 k výuce svařování a šití, se město následně rozhodlo k otevření tréninkového centra pro svařování, které získalo odbornou certifikaci od Filipínské vlády. Město také otevřelo obchod, v němž se prodávají výrobky šité místními obyvateli (McCurry, Justin, 2015).

NISVA dále rozšiřuje své dobrovolnické destinace také mimo Filipíny, Indonésii a Srí Lanku, aby pomáhala na Myanmaru a v Kambodži. Počet seniorů-dobrovolníků vzrostl na 60 v roce 2013, na 80 v roce 2014 a v dalších letech plánuje vyslat přes 100 seniorů-dobrovolníků pracujících zejména v sociální práci (<https://www.theguardian.com/social-care-network/2014/nov/18/dementia-care-japan-community-volunteer-schemes>, online).

Japonci jsou světově nejrychleji stárnutí populace, v níž je jeden ze čtyř obyvatel starší 65 let a 15% seniorské populace žije s demencí. Japonsko se snaží nalézt udržitelné a cenově dostupné řešení.

Japonci se snaží najít řešení problému demence, které musí být inovativní a nákladově efektivní (Kingston, Jeff, 2011, s. 43). Političtí představitelé v Tokiu se snaží podporovat politiku demence také u místních iniciativ na přízemní úrovni, napomáhají dobrému chodu komunit pečujících z vlastní iniciativy o postižené demencí. Centrální vláda si jich začíná všimnout, oceňuje a dokonce podporuje tyto dobrovolníky z řad seniorů, kteří se stali příkladem řádné péče a podpory osob s demencí. Tato pozitivní reakce odráží převažující ekonomické tlaky a obavy - zneškodnit „tikající časovanou bombu“ demence.

Sofistikovaný systém penzijního pojištění, který je univerzální a je financován částečně z daní, zčásti z příspěvků na pojištění, zajišťuje robustní národní rezervu na péči a podporu stařecké demence. Je součástí celkového úsilí o integrovaný systém komunitní péče do roku 2025, kdy bude obyvatel ve věku 65 a více let, více než 30% Japonské populace. Ale čerstvé ustanovení a nové dobrovolné přístupy podporují veřejně financovanou zdravotní péči.

Bez byrokracie fungující systém v sociální práci (BEZ náročných zdravotních a bezpečnostních předpisů, posouzení rizik, řízených hodnotících kontrol a zabezpečení) postavený na základě japonských rodin, pečovatelů a širších členů komunity poskytujících primární péči, neformální a zdánlivě efektivní sociální péči, soucitu a podpory.

Napříč Japonskem je 5,4 milionu vyškolených dobrovolníků z řad seniorů známých jako „přátelé demence“. Jsou efektivně řízeni a pouze 4 miliony pracují na plný úvazek jako placení zaměstnanci. Mnoho z nich se dále snaží vytvářet pracovní

skupiny a těší se, že se budou moci sami rozvíjet a seznámit se nápaditou škálou a podpůrnými programy v péči o postižené demencí a postupy, které jsou šetrné a flexibilní - a které se daří užívat při péči v atmosféře důvěry (McCurry, Justin, 2015).

Na počátku roku 2014, byl představen „Suzu-no-ya“ - Den otevřených dveří, koncepční systém, který je provozován seniory-dobrovolníky, jež nabízejí pro místní obyvatele s demencí a jejich pečovatele týdenní možnost přístupu k celodenní péči, včetně oběda a čaje a dalších japonských denních zvyklostí. Zařízení poskytuje také neformální rady a vzájemnou podporu pro pečovatele, která je k dispozici 24 hodin denně na telefonní lince pro ošetřovatele, a je poskytovatelem a provozovatelem této podpůrné linky. Den otevřených dveří zahrnuje začlenění a pomoc prostřednictvím známého, uvolněného a přátelského prostředí. Tento režim se odehrává u dobrovolníků vlastních domů, nebo je realizován při nízkých nákladech, např. prázdných nájemních bytů a domech.

Koncept „Sakura-chan“ - je realizován v soukromě pronajatých obytných domech pro příjem pacientů s demencí a jejich pečovatelů k obědu, na jednodenní výlety, pro osvětu a vzdělávání o demenci. Pečovatelům je poskytován oddech a mohou využít setkání s pracovníky z linky pomoci.

Koncept „Sítě sousedství - sledovací styl“: speciálně dohlížející na 10 300 „poutníků – klientů, pacientů s demencí“; lidí s demencí utíkajících z domova, kteří se často stávají ztracenými a zmatenými daleko od domova. Organizuje dobrovolníky, kteří jednají ve spolupráci s policií, místní podniky a charitou, síť pomáhá vrátit „poutníky“ bezpečně domů a poskytuje neocenitelnou oporu a jistotu pro pečovatele a rodiny s dětmi. Je také důležitá jako záchranná síť pro ty, kteří žijí s demencí. V současnosti je to 61,3% japonských seniorů. 1 741 místních orgánů spolupracuje s dobrovolníky v rámci konceptu „Sítě sousedství“ (McCurry, Justin, 2015).

Japonsko se otázkou globální demence a jejího řešení v rámci seniorského dobrovolnictví zabývá v rámci politiky demence, jejímž cílem je „realizovat vznik integrovaného systému komunitní péče u demence za přístupu a přispění všech stran a zejména za přispění a stále širšího začleňování seniorů dobrovolníků do sociální práce... (<http://www.bbc.com/news/world-asia-pacific-13598607>, online).

- **Příklad Japonského seniora a jeho dobrovolnické práce**

Týden po zásahu ničivého zemětřesení a tsunami založil pan Nobuhiro Shiotani se svým přítelem z dětství panem Yamadou účet na Twitteru a společně vyslali tisíce vzkazů na svém blogu. Pan Yamada vyzval osoby starší nad 60 let, kteří mají „fyzickou sílu a zkušenosti pracovat ve fyzicky a psychicky náročném prostředí, k dobrovolné práci.

Reakce byla okamžitá, asi 400 lidí z různých profesí se dobrovolně přihlásilo k dobrovolnické práci, včetně zpěváků nebo třeba 82letého kuchaře. Ostatních 1 200 nabídlo jinou pomoc, jednalo se zejména o finanční příspěvek, který byl ve výši 4,3 milionu jenů, což bylo přibližně 54 000 \$. Jeho „blog“ byl přeložen do 12 jazyků.

V době kdy pan Yamada uskutečnil svoji výzvu, bojoval s onkologickým onemocněním, v té době si stanovil jednoduchý cíl: vyvolat mnohem širší diskusi o úloze starších lidí v Japonsku a jejich významné roli v dobrovolnictví nejen v sociální práci, ale také mimo ni, ve specializovaných oborech a odvětvích s problémovým náborem kvalifikovaných zaměstnanců.

Pana Yamadu upoutala skutečnost Tokyo Electric Power Company, která je vlastníkem jaderných reaktorů a která čelí stále větším problémům s náborem pracovníků. Někteří odborníci očekávají, že Japonsko bude nuceno nakonec dovézet dělníky na pomoc s vyčištěním jaderných reaktorů po ničivém zemětřesení a vlně tsunami. Více než 3 000 zaměstnanců pracuje na špatně placených pozicích, anebo na částečný úvazek. Již několik dělníků utrpělo ozáření v důsledku překročení zákonných limitů radiace.

Pan Yamada sestavil dobrovolnickou skupinu označovanou jako „nezištní vlastenci“, poskytující vlastní obět' pro dobrou věc, v dobrovolnické činnosti v radioaktivním prostředí.

V takto nebezpečných podmínkách chtějí pomáhat v různých činnostech a je nutné podotknout, že ve většině případů pracovali všichni dobrovolníci v technických oborech, příbuzných s jaderným průmyslem. Někteří zákonodárci se tomuto dobrovolnickému počínu dobrovolníků zpočátku posmívali, včetně Goshi Hosono,

pobočníka premiéra Naoto Kana, který novinářům řekl, že práce ve Fukušimě nebude ještě vyžadovat „sebevražedný sbor.“

„Je to velmi pěkné, že obětují své životy a nabízejí řešení této situace,“ Mr. Hosono později vysvětlil: Ale „jsou v určitém věku, a proto nechceme, aby byli z dobrovolnické práce nemocní a pracovali v takovém nebezpečném prostředí s celoobličejovou maskou.“

Příběh dvou Japonských nadšenců pro dobrovolnickou práci v atomové elektrárně dojal srdce mnoha lidí. Žádosti o rozhovory proudily z celého světa. Politici pomalu přicházeli k rozumu a vlivem mediálního tlaku se pan Yamada setkal s ministrem hospodářství, obchodu a průmyslu, který přislíbil pomoc všem dobrovolníkům před tím, než jejich „nadšení opadne.“

„Myslel jsem si, co je to za odvážný nápad, když se tolik Japonců bojí v současné době Fukušimu navštívit,“ řekl Hiroe Makiyama, člen parlamentu Kan Demokratické strany Japonska, který pomáhá projekt podpořit. „Nikdo nemá je tam posílat, aby na možné následky ozáření poté zemřeli. To mi opravdu nechceme, aby takovou dobrovolnou činnost dělali, ale oni mají pocit, že to udělat musí.“

Pan Yamada tvrdě z domova pracoval, aby našel nějaké kancelářské prostory v Tokiu. Podařilo se mu zařídit jednoduchou místnost s obyčejnými stoly a židlemi a několika počítači. Sestavil tým, který se ucházel o to, aby se jeho skupina stala neziskovou organizací, a poté čekal na schválení své žádosti o návštěvě atomové elektrárny.

Pan Yamada a pan Shiotani říkají, že nejtěžší část jejich práce byla v jednání s úředníky v Tokio Electric Power, nebo TEPCO. Jako inženýři chápou své protějšky, kteří jsou nepochybně velmi zaneprázdnění...,

Přesto si pan Yamada a pan Shiotani uvědomují, že musí být pokorní. Yoshimi Hitotsugi, mluvčí TEPCO, řekl, že společnost „vysoce ocenila“ jejich nabídku pomoci, dlouhodobě zvažovala a s rozvahou analyzovala, jakou činnost jsou dobrovolníci schopni vykonávat a jak zajistit jejich bezpečnost.“

V konečné fázi obdržela dobrovolnická skupina pana Yamada a Shiotani všechna potřebná povolení a měla tak možnost zahájit svoji dobrovolnickou činnost v rizikovém prostředí poškozené atomové elektrárny Fukušima.

I když se nejedná o konkrétní příklad dobrovolnictví v sociální práci, je to ukázka silného sociálního cítění a odpovědnosti, jak vykonávat dobrovolnickou činnost i přes rozsáhlé zdravotní riziko

<http://www.nytimes.com/2011/06/28/world/asia/28fukushima.html>, online).

Příloha č.3 - Přílohy na vyžádání u autora práce:

Rozhovory s dotazovanými seniory dobrovolníky v sociální práci, jejich rodinnými příslušníky a klienty domova seniorů jsou k dispozici na vyžádání u autora této rigorózní práce. Vzhledem ke své obsáhlosti jsou v práci publikované jen části rozhovorů.

Seznam příloh s polostrukturovanými rozhovory v archivu autora:

Příloha č. 1: Osnova polo strukturovaného rozhovoru se seniory-dobrovolníky

Příloha č. 2: Přepis rozhovoru s respondentkou PB

Příloha č. 3: Přepis rozhovoru s respondentkou MS

Příloha č. 4: Přepis rozhovoru s respondentkou VS

Příloha č. 5: Přepis rozhovoru s respondentkou EK

Příloha č. 6: Přepis rozhovoru s respondentkou JT

Příloha č. 7: Přepis rozhovoru s respondentkou MP

Příloha č. 8: Přepis rozhovoru s respondentkou JŠ

Příloha č. 9: Přepis rozhovoru s respondentkou DK

Příloha č. 10: Přepis rozhovoru s respondentem MŘ

Příloha č. 11: Přepis rozhovoru s respondentem VS

Příloha č. 12: Přepis rozhovoru s klientkou VH

Příloha č. 13: Přepis rozhovoru s klientkou BM

Příloha č. 14: Přepis rozhovoru s klientkou JG

Příloha č. 15: Přepis rozhovoru s klientkou VK

Příloha č. 15: Přepis rozhovoru s rodinným členem MK

Příloha č. 15: Přepis rozhovoru s rodinným členem HŠ

Příloha č. 15: Přepis rozhovoru s rodinným členem HL

Příloha č. 15: Přepis rozhovoru s rodinným členem ZB

Příloha č. 16: Vysvětlivky k přepisům rozhovorů

Příloha č. 9: Vysvětlivky k přepisům rozhovorů

Příloha č. 4 Pobytové formy pro seniory v ČR

Nejčastější pobytovou sociální formou, ve které senioři žijí, jsou domovy seniorů. Těch je v České republice 526, a přesto jejich počet nestačí. Čekací doba může být 2 a více let. Tyto domovy zajišťují nepřetržitou ošetrovací službu pro soběstačnější klienty, jsou určeny domovy s pečovatelskou službou, kde pracovníci pomáhají seniorům se základními potřebami, jako je vaření jídla, nákupy nebo hygiena. Takových zařízení u nás funguje více než 700. Pro seniory, kteří trpí závažnější nemocí, demencí nebo Alzheimerovou chorobou, jsou určeny domovy se zvláštním režimem. Ty poskytují specifickou péči o takto nemocné a v případě, že senior chce zůstat doma, ale rodina se o něj nezvládá starat, je možné podle dohody dojíždět do stacionáře anebo využívat služeb pečovatелů, kteří budou docházet přímo k němu domů.

Počet zařízení pro seniory v ČR (k červnu 2017)	
Domovy pro seniory	523
Domovy s pečovatelskou službou	732
Domovy se zvláštním režimem	326
Denní stacionáře	274
Celkem	1855

Tabulka č. 1: Počet zařízení pro seniory v ČR

(Zdroj: registr poskytovatelů sociálních služeb, 2017)

Počty státních a církevních domovů se liší podle krajů. Viz. graf. Nejvíce jich je ve Středočeském a Moravskoslezském kraji, kde jich je více než 70. Nejméně lůžek pro seniory je v Karlovarském a Libereckém kraji. Počty soukromých domovů nejsou statisticky zpracované, podle neoficiálních odhadů, jich v České republice funguje osm desítek.

Počet domovů pro seniory v jednotlivých krajích (k červnu 2017)	
Praha	31
Středočeský kraj	76
Liberecký kraj	19
Ústecký kraj	40
Karlovarský kraj	18
Plzeňský kraj	25
Jihočeský kraj	39
Královéhradecký kraj	38
Pardubický kraj	23
Vysočina	24
Jihomoravský kraj	47
Zlínský kraj	37
Olomoucký kraj	35
Moravskoslezský kraj	71
Celkem	523

Tabulka č. 2: Počet domovů pro seniory v jednotlivých krajích

(Zdroj: registr poskytovatelů sociálních služeb, k 23. červnu 2017)

Příloha č. 5 Zapojení seniorů dobrovolníků ve školním prostředí

Zapojení seniorů do školního vzdělávání patří k nejznámějším možnostem začleňování seniorů a nabízí samotné vzdělávání seniorské populace. To dnes tvoří ve společnosti poměrně známé a již rozšířené celoživotní vzdělávání s konceptem aktivního stárnutí. V rámci celoživotního vzdělávání, které je členěno do tří vzdělávacích oblastí, se zaměřením na využití profesních zkušeností, občanské angažovanosti a zájmových aktivit (Palán in Nečasová, 2011, s. 23), seniorské populace se týká především zájmové vzdělávání, umožňující pozitivní seberealizaci ve volném čase, a občanské vzdělávání, které je možné zaměřit na zdravý životní styl.

Z hlediska zapojení seniorů dobrovolníků do školního vzdělávání však není podstatné, že na školách bude v jakékoli podobě docházet ke vzdělávání seniorů, nýbrž

že při tom bude dodržena nezbytná podmínka, která bude spočívat v mezigeneračním setkávání - generace mladých a osob v seniorském věku. Samotné vzdělávání seniorské populace je již s úspěchem na některých základních, středních a vysokých školách realizováno, avšak výhradně jako mimořádně organizovaná akce zaměřené na seniory. Dobrým příkladem se staly: gymnázium ve Svitavách (v rámci organizované Univerzity třetího věku V. O. Ottendorfera) nebo v Humpolci (v rámci vzdělávacího programu Školy pro každý věk, kde probíhá jednou měsíčně vzdělávání pro seniorské posluchače ve formě přednášek).

V. Blažková (2011, s. 46) přibližuje projekt „Internet pro seniory seniorhk.cz“, který již tradičně pořádá Statutární město Hradec Králové ve spolupráci s jedenácti základními a středními školami a který je důkazem zdárné integrace seniorské populace v pojetí této práce. Projektový záměr spočívá v nabídce základních kurzů počítačové gramotnosti všem seniorům, kteří mají zájem poznat informační technologie, kurzy jsou organizovány jednou týdně v počítačových učebnách spolupracujících základních a středních škol takovou formou, že každého ze seniorů vede lektor, jímž se stává žák příslušné školy. Na takové výuce je v učebně přítomen učitel informatiky, který žákům-lektorům, nastanou-li potíže, radí a pomáhá se správným postupem.

Jak dále uvádí V. Blažková (2011, s. 46) a popisuje výše popsanou formu mezigenerační spolupráce, při které dochází k částečné formě integrace, i když se nejedná o přímou integraci seniorů-dobrovolníků do sociální práce, napomáhá vzájemnému porozumění a mezigenerační úctě. I v takové integrační formě, kdy se senior-dobrovolník může připravovat na svoji dobrovolnickou činnost vzděláváním např. ve výše uvedeném kurzu, shledávám nezanedbatelné pozitivum. Mladí lektoři přestávají v seniorech vidět nepřátelskou generaci osob, která je nechápe a nerozumí jejich životnímu stylu, senioři zjišťují, že vlastně současná „mladá generace není tak špatná“. Mezi příslušníky obou generací se vytváří pozitivní vazba, kdy žáci-lektoři mohou seznamovat seniory se svými zájmy a naopak staří lidé své mladé lektory mohou překvapit životem získanými informacemi ze svého předchozího života, a tak vzniká často i velmi pěkné a déle trvající přátelství. Z příkladu „kvalitního působení v rámci integrace“ z Hradce Králové, které potvrzuje prospěšnost integrace seniorů do školního vzdělávání, je pozitivní ukázkou vzájemného neformálního a mezigeneračního sociálního působení. Vzájemným neformálním a mezigeneračním sociálním působením se rozumí společná účast příslušníků mladé a střední nebo seniorské generace při

kurzech a programech neformálního vzdělávání, které jsou v nabídce některých škol či jiných organizací.

Seniorská populace, zejména senioři, pracující v sociální práci se tak mohou stát součástí a přímými účastníky nebo organizátory různých programů s aktuální rizikovou tematikou, ale také hlavními aktéry v dalších aktivitách, např. asistenty učitelů se žáky s SPU, vedoucími kurzů se širokou tematikou, organizátory kulturních akcí pro organizace jim blízké z oblasti sociální práce, pomocníky a podporovateli v sociálních službách (Rabušicová, 2009, s. 135).

Výše uvedený odstavec se však týká forem zapojení seniorů jen do školního vzdělávání, v němž se senior stává více, či méně aktivním posluchačem, i když zde zanechává u mladé generace významnou stopu v chování a respektu k seniorské populaci. V případě formy integrace seniorů do sociální práce je možné u aktivních seniorů dosáhnout plnohodnotné dobrovolnické činnosti v zapojení do sociální práce.

Jinou možností integrace seniorů-dobrovolníků v sociální práci než v civilním vzdělávání je napojení jejich neformálního vzdělávání na formální činnost v dobrovolné práci v sociálních službách. V teoretické rovině takto vzniká velké množství možností k propojení vzdělávacích a integračních programů.

Mezi nevyužitou a prázdnou oblastí pro seniory-dobrovolníky je práce se žáky s SPU. Přítomnost seniorů-dobrovolníků může děti a mládež obohatit z mnoha hledisek. A to platí, jak je dále uvedeno, i obráceně.

Již pouhé setkávání skupin a jedinců mladých lidí se seniorskou generací je přínosem pro obě skupiny. Z běžné anonymity u starých lidí, jež mladí lidé potkávají a míjejí v běžném životě ve veřejném prostoru, mohou díky organizovaným pravidelným kontaktům vystoupit jednotlivé, pro každého svým jedinečným způsobem, zajímavé osobnosti starých lidí, čímž se vytváří příležitost k možnosti začít ukazovat aktivní stáří v pravém světle a zbavovat jej tak nepravdivých mýtů. Mladí lidé si tak mohou vytvořit vlastní pravdivější obraz o životní etapě stáří, který si pak vnitřně zažitý mohou dále odnášet s sebou do dalšího života a díky němuž pro ně bude jednou jednoduší utvářet si vztah k vlastnímu období stárnutí a stáří. Život nás všech od dítěte a dospívajícího jedince směřuje do dospělosti.

U takového utváření osobnosti jedince se v průběhu času průběžně aktualizuje v různých projevech zaměřenost k určitému životnímu cíli (Helus, 2004, s. 118). Zaměřeností na určitý cíl vstupuje do života mladého člověka nová budoucnost, která se ukazuje buď jako otevřený horizont všech možných šancí, nabídek a možností, anebo také jako něco, co může vyvolávat pocit strachu a úzkosti, či dokonce v opačném případě jako horizont, který neobsahuje žádné šance dosáhnout jakýchkoli cílů (Helus, 2004, s. 119).

Senioři dobrovolníci mohou dětem a mladým lidem aktivně pomáhat udržovat takový otevřený horizont, který mobilizuje jejich síly.

Obsahuje-li perspektivní orientace mladého člověka takový horizont vyvolávající vnitřní strach a úzkost, nebo přímo horizont působící na něho uzavřeným dojmem, mají staří lidé tu moc, na základě které mohou vzhledem ke svým bohatým životním zkušenostem stabilně podporovat mladého člověka nebo skupinu lidí k hledání nového otevřeného horizontu, a tím se mu stát nápomocni při jeho utváření pozitivního vztahu k životu.

Senioři-dobrovolníci zatím ve školním prostředí se žáky s SPU vystupují coby reprezentanti dospělých lidí a jako lidské vzory především osobnosti z řad učitelů.

Senioři-dobrovolníci mohou, a to na základě velmi bohatých interakcí s žáky a vůbec mladými lidmi, rozšířit v tomto ohledu řady učitelů. J. Pelikán (2007, s. 19-20) poukazuje na výraznou společenskou změnu v systému osobních vzorů u mladých lidí (zapříčiněnou především vlivem médií) a na nedostatek času stráveného se svými blízkými dospělými osobami, čímž dochází k ochuzování u základních osobních lidských vzorů.

Ondřejkovič (2002, s. 92) staví do souvislosti s nedostatkem správných vzorů v rodinném prostředí nebezpečí v oblasti násilí, které se pro mladistvé nabízí jako velmi přitažlivou „náhražkou“ a dostupným řešením problémů u mladých lidí při hledání vlastní osobnostní identity. Zde se právě nabízí jedinečná možnost pro seniory-dobrovolníky, s nimiž by měli mladí lidé příležitost se dlouhodobě osobně setkávat nejen ve školním prostředí a působit na ně svým příkladem jako vzorem pro jejich další osobnostní rozvoj. Budou-li brát senioři-dobrovolníci svou roli vzoru pro mladou generaci zodpovědně, je zde naděje, že se tak jejich dobrý příklad stane „nejúčinnějším prostředkem, jak v současné moderní a nepřehledné době pomoci mladé generaci v

hodnotové orientaci“ (Brezinka, 1996, s. 131). Pozitivní vzor pro mladou generaci ve smyslu hodnot a postojů nazývá E. Lukasová (in Ondrušová, 2011, s. 66) pozitivním rozmnožováním dobra.

Od pradávna bývá ke stáří oprávněně přiřazována moudrost, a proto je vhodné zaměřit pozornost ještě na vzor moudrého, schopného a aktivního seniora-dobrovolníka, který bude pracovat v široké oblasti sociální práce. J. Křivohlavý (2009, s. 27-28) se ve své psychologické studii zabýval otázkou, jakou měrou, ve které se věnuje záměrně aktivní dobročinné činnosti, může vzor moudrého člověka působit na okolí a ovlivňovat ho. Studie prokazuje, že existuje šest hlavních směrů působení na klienty v sociálních službách nebo žáky s SPU:

- 1) Moudrý senior-dobrovolník je schopen rozšířit obzor při hodnocení problémové situace, v níž si klienti nebo žáci nevědí rady a nedokážou se rozhodnout, jak se v dané situaci zachovat.
- 2) Moudrý senior-dobrovolník dokáže pragmaticky objasnit řád, a tím pomoci vymanit se z nejistoty.
- 3) Moudrý senior-dobrovolník dokáže empaticky poskytnout znalosti potřebné ve svízelné situaci.
- 4) Moudrý senior-dobrovolník dokáže ze svých životních zkušeností vyvodit abstraktní poznání, jímž může druhým bezprostředně pomoci v dané konkrétní situaci.
- 5) Moudrý senior-dobrovolník dokáže díky svému vysoce vykrystalizovanému souboru morálních hodnot a morálních snah pomoci druhým lidem v jejich vlastní společenské orientaci a uspořádání jejich osobního života v současném světě.
- 6) Moudrý senior-dobrovolník dokáže druhé osoby ovlivnit svou bezprostřední úctou a respektem vůči jiným lidem, svou přirozenou laskavostí a empatií.

Jednu ze základních dílčích složek moudrosti představuje tvořivost. Je tedy možno k výše uvedeným šesti směrům působení vzoru moudrého seniora-dobrovolníka připojit ještě tvrzení E. Fromma (2001, s. 113), že tvořivý, moudrý senior-dobrovolník „oživuje – aktivizuje a mnohdy vrací do svého vlastního života“ druhé lidi.

Senioři-dobrovolníci jsou nositeli nenahraditelných kulturních statků, které mohou zprostředkovávat dětem a mládeži ve školním prostředí. J. Křivohlavý (2011, s. 62) popisuje slovy J. Sokola člověka „ne jako pána a majitele světa, ale jako bohatého dědice bohatství, které přijal a má je odkázat těm, kteří přijdou na svět po něm.“ Tím jasně zdůrazňuje, že předávat dědictví v kulturní a společenské rovině mladším generacím je přímo úkolem starých lidí, čímž se také projevuje jejich aktivita ve stáří.

Velkou hodnotu pro mladou generaci, kterou mohou senioři-dobrovolníci předávat žákům, je vyprávění jejich osobních životních příběhů a vzpomínek. Pro žáky, děti a dospívající mládež může být takové působení na jejich osobnost přínosné z několika hledisek – motivačního hlediska v rámci vlastní zaměřenosti, vzdělávacího hlediska v oblasti novodobých dějin a politiky, ale také např. sociálního hlediska při budování vztahu ke generaci starých lidí. Senioři-dobrovolníci se mohou stát asistenty pedagogů v případě, že mají odpovídající vzdělání.

V opačném případě mohou ve škole působit při tematických besedách a při doučování žáků, zejména žáků s SPU anebo jako vedoucí různých zájmových kroužků (dle profesního zaměření seniorů-dobrovolníků) a organizátoři volnočasových aktivit pro žáky. V současné době záleží na vedení každé školy, jakým způsobem jsou schopni v celé šíři potenciál seniorů dobrovolníků využít.

Zajisté si nelze působení seniorů-dobrovolníků na mladé lidi zcela idealizovat. Jak píše J. Alan (1989, s. 157), mladí lidé ve většině oceňují a uznávají, co dospělí znají, dovedou a umí. Jenže, a to nelze opominout, je skutečností, že jejich mládí bylo formováno jinou historickou situací, „a proto jsou i z těchto důvodů jejich zkušenosti v očích mladých lidí jakousi antikvitou a jejich dávné zážitky jsou brány mladou generací spíše jako příběhy než mnohdy jako dostatečné argumenty.“

K tomuto zjištění též přispívají sklony starších lidí idealizovat si své mládí a „nostalgicky tak vzpomínat na svět, který je dnešním mladým lidem tak vzdálený a cizí.“ Přesto je činnost seniorů-dobrovolníků ve školách, a to zejména u žáků s SPU, nenahraditelným edukačním doplňkem reálného učiva v edukační realitě, která je využívána v nevelké míře ke škodě generace mladých lidí.

- **Přínos pro seniory-dobrovolníky**

Z pohledu dobrovolnictví seniorů se žáky s SPU je všeobecně znám blahodárny vliv mladých lidí na seniory. M. Montessoriová (in Helus, 2004, s. 37) hovoří přímo o regeneraci celkového fyzického a duševního stavu u dospělého člověka v interakci se žáky: „Bez společnosti dítěte nebo mladých lidí, jež mu neustále pomáhají vnitřně obnovovat svůj mentální věk, by člověk začal degenerovat.“ Vezmeme-li toto vitální působení na seniory v potaz, pak je tím potřeba integrace seniorů dobrovolníků do školního prostředí obhájena.

V předchozí části byly uvedeny nejvýznamnější pozitivní aspekty integrace seniorů-dobrovolníků do prostředí dosud vymezeného žákům a dospívajícím lidem. Veškerá pozitiva, která by se tak mohla stát přínosnými pro mladé lidi, poskytují seniorům příležitosti k nacházení dalšího ze smyslu jejich života v období stáří. Uspokojování základní potřeby smyslu svého života je jedním z hlavních předpokladů duševního zdraví a spokojeného života v celém období stáří (Dufková, Kratochvíl in Ondrušová, 2011, s. 61).

Zaměřenost seniorů-dobrovolníků na naplňování cílů, jež představují přínos pro mladou generaci lidí, se může stát taktéž aktuální výzvou, aby staří lidé pracovali na dalším rozvoji své vlastní osobnosti, na rozvíjení a prohlubování moudrosti, aby za současného vypořádávání se s těžkostmi a omezenostmi stáří prokazovali své „životní mistrovství“, které vyzdvihuje P. Gruss (2009, s. 16) citátem Goethova verše ve kterém uvádí svoji životní moudrost:

„Teprve v limitech se ukáže opravdový mistr života.“ Vždyť „největším dílem, na kterém po celý život pracujeme, je zvládnání našeho života“. (Längle in Ondrušová, 2011, s. 55).

Senioři dobrovolníci se v retrospektivě mohou vracet k vlastním i cizím životním příběhům, které tak znovu prakticky ožívají a mohou je sdělovat a obohacovat jimi generace mladých lidí. Vyprávění vlastních vzpomínek a životních zážitků přináší seniorům blahodárné utvrzení významnosti jejich života. Vedle toho se seniorům naskýtá jedinečná příležitost rozvíjet svůj vypravěčský talent (Schirmacher, 2005, s. 154). Samotné vyprávění je dokonce považováno za cenný nástroj v rozvíjení kognitivních schopností (Herman in Margolin, 2008, s. 16), protože správné pochopení

námi vyprávěného sdělení předpokládá patřičnou intelektuální práci s uloženým vzpomínkovým materiálem na straně seniora-vypravěče.

S delším věkem „je kladen vyšší důraz na hodnotu vlastních zkušeností, a tudíž na význam své minulosti“, a proto z těchto důvodů „sílí celkový odpor seniorů vůči změnám“ (Alan, 1989, s. 49), který se však ve výsledku stává, ke škodě seniorů, „brzdou“ v pronikání do technických novinek, jež pozitivně ovlivňují současný moderní životní styl, zejména v oblasti komunikace a nových informačních technologií. Jelikož si mladší generace lidí novinky v informačních a telekomunikačních technologiích osvojuje velmi rychle, může pak seniorům-dobrovolníkům setkávání s mladou generací lidí napomáhat v orientování se v nejnovějších způsobech komunikačních zdrojů a v možnostech používání nových informačních technologií, případně v zasvěcování, jak s nimi pracovat.

- **Přínos pro sociální práci**

Integrace seniorů-dobrovolníků do školního vzdělávání žáků s SPU se může na první pohled jevit jako další možná zátěž pro školu, jež by pravděpodobně nevedla k markantnímu zkvalitnění výchovně vzdělávacího procesu, který v ní probíhá. Při hlubší úvaze se však začnou objevovat náznaky toho, že by se integrací seniorů dobrovolníků mohlo docílit pozitivních změn v současném stavu u žáků s SPU. V této souvislosti na řadu přicházejí výsledky ze zkoumání na úspěšných školách, které poskytují jistou oporu v kladném slova smyslu, neboť se ukázalo, že „kvalitní školy zapojují do svého vzdělávacího procesu další lidi“ (Fisher, 2004. s. 165).

Přítomnost seniorů-dobrovolníků ve školním prostředí ve výuce nebo mimo výuku ve volnočasových aktivitách může pozitivně posílit sociální kontrolu prováděnou učiteli.

Z hlediska mladých lidí, žáků ve školním prostředí, je sociální kontrola o to významnější, že právě prostřednictvím ní dochází v procesu socializace k osvojování si základních hodnot a životních norem, jejichž charakter a dobrá kvalita jsou pro život v současné společnosti významné (Ondrejko, 2002, s. 62). Současně je možné zvýšit individuální pozornost věnovanou jednotlivým žákům, pomocí níž se může pozitivně snižovat riziko v oblasti asociálních projevů (Matoušek, 1998, s. 273), které v

posledních letech ve stále větší míře ztěžují edukační práci učitelům. Nejen ve výchovné oblasti u žáků, ale také při vzdělávání ve škole i mimo školní prostředí, by mohla být práce seniorů-dobrovolníků přínosná. J. Lašek (in Průcha, 2005, s. 347) při svém zkoumání komunikačního klimatu ve třídě v prostředí české školy došel ke zjištění, že jen menší část českých učitelů je schopno vytvořit ve vyučovacích hodinách žákům vstřícné, podpůrné (suportivní) klima a že zažitý styl komunikace učitele se s jeho přibývajícím lety praxe příliš nemění. Protože přítomnost seniora-dobrovolníka by narušila stereotypní atmosféru ve třídě, mohla by se tak stát podnětným impulzem ke změně stylu zažité komunikace učitele, a tím i ke změně komunikačního klimatu ve třídě.

Škola je dnes stále více podněcována k tomu, aby se více otvírala všem potřebám jednotlivce. Senioři-dobrovolníci mohou být v edukační činnosti platnou pomocí žákům se specifickými potřebami nebo žákům s SPU (= specifickými poruchami učení).

Škola by mohla využít silného potenciálu angažovaných seniorů dobrovolníků, např. zvýšit pozornost vůči žákům, kteří se obávají se nově přichozících situací, a dodávat jim stabilní jistotu, podporovat je ve vzdělávání a volnočasových aktivitách atd. Jedná se o žáky, jimž schází zdravá vnitřní jistota, „která má jednoduchý základ pouze v naději, že neobvyklou situaci opět dobře zvládnou a že dosud neznámý řád, který je třeba objevit, jim opět opakovaně poskytne oporu“(Lukasová, 1997, s. 178).

G. Lipovetsky (2008, s. 64) připodobňuje střední školu k místu jako, je poušť, „kde žáci živoří bez valné pozitivní motivace a rozvíjených zájmů.“ Stále aktuálnější a dosud neřešitelný nezájem žáků o vědění se stává hlavní příčinou vyhoření učitelů, kteří ve své pedagogické práci spatřovali poslání.

Příčina ztráty motivace ke vzdělání a přirozeného zájmu o vědění u žáků spočívá v tom, že se vytratila „potřeba smyslu poznání“, neboť právě teď „v moderní éře podívané“ lze žít „beze smyslu v jakémsi sledu složeného z jednotlivých záblesků dění.“ Přítomnost moudrých osob, seniorů-dobrovolníků, kteří mají ten největší předpoklad ukazovat všem žákům a mladým lidem smysl kvalitního života, se z těchto důvodů zdá být proto navýsost důležitá, neboť moudří senioři-dobrovolníci mohou svou přítomností navracet k plnohodnotnému životu vytrácející se smysl vzdělávání.

- **Příklad dobrovolnické činnosti seniorů ve školách a ostatních organizacích**

Škola je primární sociální institucí, účelově vytvořenou k funkci zajišťování řízené a systematicky vedené edukaci (Průcha, 2005, s. 391). A ta se týká v první řadě edukace zaměřené na děti a mládež, kde mohou senioři-dobrovolníci hned od prvních počátků při získávání vědomostí a dovedností předat žákům v rámci dobrovolné činnosti své životní zkušenosti, a to zejména v edukačním procesu se žáky s SPU. V edukační praxi se jedná o část edukační reality a procesu propojeným s dobrovolnickou činností seniorů v rámci teoretického vyučování a tím myslím zejména odborné přednášky a tematické besedy. Zde je potenciál seniorů-dobrovolníků doposud nevyužitý. V rámci své stanovené realizace a základního úkolu má škola za úkol plnit personalizační body, kvalifikační záměr, socializační a integrační funkci (Havlík, Halászová, Prokop, tamtéž).

Personalizační funkce: souvisí s formováním osobnostního individua, **kvalifikační funkce** se týká vybavování jedinců znalostmi, dovednostmi a jinými vlastnostmi nutnými pro pracovní výkony ve svém životě, **socializační funkce** znamená, že jedinec ve škole získává a osvojuje si určité způsoby standardního chování, vytváří si o sobě i ostatních ve své společnosti určitý obraz a názor, učí se zastávat určité společenské role, **integrační funkce** je spojená s přípravou jednotlivce pro život ve společnosti, k jeho uvedení do životního běhu, politického a právního pořádku dané země.

Ve všech těchto funkcích se může senior stát na základě své dobrovolné činnosti aktivním činitelem, rádcem, vzorem a příkladem kvalitně prožitého života díky svému působení např. ve volnočasových aktivitách s dětmi a mládeží s SPU.

Edukační poslání školy je dáno a neustále ovlivňováno potřebami naší společnosti. Aktuální podoba těchto potřeb se průběžně promítá do organizace školy a ovlivňuje ji v rámci jejích edukačních procesů a obsahů. Sled změn v současné společnosti je v poslední době natolik prudký a proměnlivý, že není v silách škol, aby je plně v celé šíři reflektovaly, natož aby se jim v dostatečném časovém rytmu byly schopné přizpůsobit, neboť k tomu nejsou v současné době ani připraveny, ani dostatečně vybaveny na personální úrovni.

Neustále jsou na úrovni vzdělávací politiky i školního managementu hledány nové aktivní způsoby, jak skloubit vývoj společnosti s vývojem školního vzdělávání. Česká školní inspekce (ČŠI, 2010, s. 36) zaznamenává pozitivní vývoj v kreativních strategiích škol a v rozvoji sociálních vazeb a mezilidských vztahů. Podle odborných výzkumů (Walterová, 2010, s. 93) odhaduje polovina české veřejnosti (49 %), že se role a podoba školního systému výrazně měnit nebude, stejné množství naší veřejnosti si přeje markantní zvýšení kvality vzdělávání žáků, čtvrtina české veřejnosti (28 %) si však přeje zachování současného stavu, 18 % veřejnosti by si přálo, aby se školní proces stal centrem společenského života obce. V posledním bodě vidím opět značně nevyužitý potenciál seniorů-dobrovolníků, kteří by mohli na základě vyslaného impulzu vykonat mnoho dobrého pro naši společnost ve městech, obcích a vesnicích.

Z hlediska dalšího vývoje školy a celého vzdělávacího procesu, který by vedl ke zvyšování kvality celého vzdělávání, ale také, a to zejména z hlediska případné integrace starých lidí (seniorů) v rámci jejich dobrovolné činnosti do školního vzdělávání, je nutné zavést pozornost na implementaci *možných scénářů školního vývoje*, vypracovaných v rámci projektu OECD (Kotásek, 2004, s. 463), a z nich se podrobněji zaměřit na dva, které považují za nejvhodnější pro strategii integrace seniorů-dobrovolníků do škol, do nichž jsou zařazeni žáci s SPU – „*komunitní model školy*“ a „*model učící se školy*“. U obou modelů se totiž předpokládá jakýsi společenský konsenzus ohledně významu celého procesu školního vzdělávání jako nástroje, který je nejučinnější proti sociální fragmentaci a ztrátě společenských hodnot v naší společnosti.

Hopkins (in Walterová, 2010, s. 72) se domnívá, že „součástí modelu učící se školy je aktivní zapojování školy do vnějšího reálného prostředí s přirozenou otevřeností volnějším iniciativám společnosti a celkového posilování ‚synergického‘ efektu,“ což lze v současné době považovat za další příbuzný znak s moderním komunitním modelem školy. V rámci domácího šetření na úrovni managementu škol bylo ve výzkumu v roce 2002 zjištěno (Kotásek, 2004, s. 477), že oba modely jsou považovány současnou společností za vysoce žádoucí, leč málo pravděpodobné - zřejmě pro svou náročnou realizaci, práci navíc a snad množství možné dokumentace. Přístupnost školy se navenek dotýká vztahu školy a vnějšího světa kolem nás, v němž probíhá reálný život, pro nějž jsou naše děti námi vychovávány a vzdělávány.

Tradiční školní vzdělávání představuje specifický vydělený a svébytný prostor, který uchovává tradiční ideály, skrze něž je náš současný svět prezentován v jakési ideálnější podobě, než ve skutečnosti je, a současně se snaží zdůrazňovat nadčasové hodnoty lidstva (Havlík, Kořa, 2002, s. 145). Uzavřenost školního vzdělávání navíc umožňuje distanci vůči okolnímu světu, bez něhož „není možné rozvíjet jakékoli hlubší teoretické myšlení“ (tamtéž, s. 144). Zajisté je možné se obávat, že větší otevřenost školního procesu by mohla narušit právě uvedenou teorii idealizace světa a distanci vůči němu jakožto veškeré podmínky tradičního vzdělávání (srov. Pupala, 2004, s. 85-89). Jsou však zde takové obavy zcela na místě? Vždyť právě teorie konceptualizovaného učení (Bertrand, 1998, s. 138) se staví proti tradičním formám vzdělávání, které ignoruje celý kulturní kontext, z něhož základní poznatky vzešly, společně se sociálním kontextem, v němž budou používány.

Školní prostředí představuje vlastní sociální organismus žijící specifickým životem, které si vytváří vlastní pravidla svého života a mezilidského soužití (Havlík, Kořa, 2002, s. 120).

Mezi hlavní sociální interakce, které ve školním prostředí probíhají a jsou naplní její edukační funkce, se odehrávají zejména v interakci mezi žáky a učiteli a v kontaktu mezi žáky navzájem. Nelze však opomíjet další sociální interakce – mezi učiteli, popř. v zapojení také dalších osob, jako seniorů-dobrovolníků působících ve školním prostředí, neboť jsou to právě tyto speciální interakce, které se žákům s SPU nabízejí jako první reálná příležitost ke konfrontaci teoretických poznatků ze základní sociální výchovou s prvky praktických ekvivalentů. Není-li teorie v přímém souladu s praxí, narušuje to přirozenou důvěru žáků ke světu dospělých.

V souvislosti s přirozenou důvěrou je zapotřebí připomenout, že je to primárně školní prostředí, které uchovává a vytváří ideály společnosti a má tedy utvářet, posilovat a budovat důvěru, hodnotový potenciál a povědomí o řádu světa dospělých. Budování důvěry k druhému člověku patří k přirozeným návykům v naší posttotalitní moderní společnosti (Petrusek, Balon, 2011, s. 129). Pocity nedůvěry také zákonitě posilují sobeckou lhostejnost, která se potom setrvačně vrací jako bumerang ve formě „nevýrazného sociála“, což má za následek snižující se kvalitu výchovného procesu ve školní výuce. Negativně narušené sociální interakce se však také mohou neblaze

promítnout přímo do osobnosti žáků. Jedná se při tom o vnitřní reakci „interiorizaci interakcí“.

Aktivně prožitá sociální skutečnost (se vztahy a živou komunikací) se do našeho vědomí vtiskne a následně reprodukuje do našeho vědomí, což ve výsledku konstituuje nás samé jako celistvé vyzrálé osobnosti, jako „já sám“ (Helus, 2004, s. 140).

Ve školním edukačním procesu, stejně jako v každém jiném lidském společenství, drží lidé přirozeně „bytotně a podvědomě pospolu“ a každý člověk se v ní ať chce, nebo nechce „permanentně, přirozeně ocitá za ‚svými‘ hranicemi“ a zažívá tak vzájemnou odkázanost na prostředí, v němž se nachází; takto vzniklý sdílený čas v jiné společnosti, čas „ne-soukromý“, je postupem času ve zralém věku považován za posvátný (Palouš, 2011, s. 63). Nahlédneme-li na „*posvátnost sdíleného času*“ z hlediska výše zmíněné teorie interiorizace interakcí ve školním vyučování, pak veškerá výchovná působení a vzdělávání by měla být preventivně udržována v prostředí a edukačním klimatu s nejvyšší možnou mírou pozitivního působení. Takové viditelné působení a naše úsilí je pro svou opravdovost empatickým souladem mezi slovy a skutky a mělo by vzbudit přirozený respekt u dospívajících žáků s SPU a pravděpodobně i snížit nutkavé chování odpoutávat se neustále od reálného světa.

- **Sociální práce ve školách s SPU jako místo integrace dobrovolníků–seniorů**

Postupný rozpad vícegeneračního modelu rodiny jako celku je výsledkem a následek vzájemného generačního odloučení mladé a staré generace, což přináší jisté negativní následky pro obě strany. Přihlédneme-li ještě k faktorům, které souvisejí s překotnou proměnlivostí celé společnosti v průběhu 20. století a jež se obou uvedených generací týkají, ovlivňují je a nabývají souhrnně takových rozměrů, které nelze dále do budoucnosti přehlížet, je zapotřebí se touto situací vzájemného odloučení obou generačních skupin zabývat a hledat smysluplné cesty k oslabování tohoto jevu současné společnosti. Jedna z aktuálních možností, která se naskýtá k využití, je integrace seniorů-dobrovolníků do procesu školního vzdělávání se žáky s SPU.

Škola jako instituce, jež je státem dlouhodobě garantovaná, tzn. v naší společnosti generačně stabilně ukotvená, má ty nejlepší předpoklady k tomu,

aby umožnila intenzivní a trvalou integraci starých lidí-seniorů.

Díky vzdělávacím plánům zaměřeným na mladou generaci se ve školním prostředí přímo nabízí mnohé příležitosti k mezigeneračnímu setkávání a společným aktivitám mezi oběma generacemi v rámci plnění edukačního procesu v poslání školy. Staří lidé – dobrovolníci mohou být přitom těmi, kteří se stále učí, ale na druhou stranu se mohou stát vedle pedagogů v také vyučujícími, kteří vychovávají nejen žáky, ale i samotné pedagogy.

Na seniory lze s jistým omezením vztáhnout jednotlivé funkční principy školy. Nejvýznamnějším způsobem se jich může dotýkat funkce personalizačního rozvoje, neboť osobní rozvoj člověka není ani v období stáří ukončen. Podle E. Eriksona (in Langmeier, 2002, s. 106) má být v období stáří dovršen osobní vývoj celoživotních moudrostí zakotvených v přesvědčení, že vše, co jsme prožili, bylo tou pravou a dobrou součástí kvalitního životního běhu. Ovšem takové vyhodnocení, kdy člověk plně zažívá pocit své vlastní integrity, svého celého života, patří až samotnému závěru a rekapitulaci svého života. Pro samotné stáří z toho vyplývá úkol spočívající v rozvíjení své moudrosti.

Kvalifikační funkce školy, by mohla seniory dobrovolníky vybavit znalostmi nutnými k zastávání nových úloh a pracovních úkolů, včetně takových, které by v období stáří mohly být vykonávány přímo ve školním prostředí, např. role úlohy asistenta pedagoga.

S výkonem nových příležitostí a rolí souvisí také další funkční principy školy – jako je socializační princip, který by spočíval v získávání potřebných způsobů a zkušeností s chováním v nových podmínkách. Funkce integračního principu by se dala chápat jako začlenění seniorů-dobrovolníků do role asistenta pedagoga. S možností výkonu nových příležitostí a rolí souvisejících také s dalšími funkčními principy školy – jako je socializační princip, který by spočíval v získávání potřebných způsobů a zkušeností s chováním v nových podmínkách.

Funkce integračního principu by se dala využít k přivádění seniorů, kteří v průběhu života profesně působili mimo oblast školního vzdělávání doprostřed, které je tvořeno převahou mladých lidí.