

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
EVANGELICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Bakalářská práce

**Duchovní potřeby seniorů
se zaměřením na komunikaci**

Ludmila Havelková, DiS.

Katedra filosofie a teologie

Vedoucí práce: Mgr. Michael Martinek, Th.D.

Studijní program: Sociální a pastorační práce

Studijní obor: Pastorační a sociální práce

Praha 2011

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci s názvem Duchovní potřeby seniorů se zaměřením na komunikaci napsala samostatně a výhradně s použitím uvedených pramenů.

Souhlasím s tím, aby práce byla zveřejněna pro účely výzkumu a soukromého studia.

V Praze dne 17. dubna 2011

Ludmila Havelková, DiS.

Bibliografická citace

Duchovní potřeby seniorů se zaměřením na komunikaci: bakalářská práce.
Ludmila Havelková DiS.; vedoucí práce: Mgr. Michael Martinek, Th.D.
Praha, 2011. 70 s.

Anotace

Bakalářská práce má název Duchovní potřeby seniorů se zaměřením na komunikaci. Cílem práce je konkretizovat obsah pojmu duchovní potřeby seniorů. V teoretické části se autorka zabývá vymezením pojmu senior a hlavními znaky stáří. Dále se podrobně věnuje komunikaci zaměřené na seniory a také potřebám seniorů, zejména pak těm duchovním. Celá bakalářská práce staví na celostním přístupu k člověku.

Praktická část vychází z teoretických poznatků. Jejím těžištěm je kvalitativní výzkum, konkrétně se jedná o polostrukturované rozhovory. Výzkumnou jednotkou jsou senioři i pracovníci domova pro seniory. Hlavní výzkumná otázka zní: Jak reagují pracovníci domova pro seniory na duchovní potřeby seniorů? Závěry rozhovorů poukazují na konkrétní duchovní potřeby seniorů a na postoj pracovníků k jejich naplňování.

Klíčová slova

Senior

Komunikace

Celostní přístup k člověku

Duchovní potřeby

Summary

This bachelor paper is called Seniors' spiritual needs with sight on communication. The goal of the thesis is to specify the subject of seniors spiritual needs. In theoretical part defines the author of the thesis senior and main signs of old age. She looks also at communication with seniors and their needs, especially those spiritual ones. The whole thesis is based on holistic view of man.

Practical part is based on the theoretical findings. Its main point is qualitative research, specifically half-structured interviews. Research unit is created by seniors and employers of senior house. Main reserch question is: „How do the emplyers react to the spiritual needs of seniors?“. The results of the interviews show specific spiritual needs seniors have and also employers' attitude to their fulfilling.

Keywords

Senior

Communication

Holistic view of man

Spiritual needs

Poděkování

Děkuji vedoucímu práce panu Mgr. Michaelovi Martinkovi, Th.D. za odborné vedení a motivaci. Dále děkuji všem, kteří mi ochotně poskytli rozhovory pro praktickou část bakalářské práce a otevřeně se mnou hovořili na osobní téma duchovních potřeb. Moje srdečné poděkování patří také rodině a přátelům za všestrannou podporu a ocenění. Jmenovitě děkuji Karlovi za příklad celostního přístupu k životu.

Obsah

Úvod.....	7
1.Senior	9
1.1 Vymezení stáří	9
1.2 Pohled na stáří	9
2.Komunikace se seniorem	12
2.1. Neverbální komunikace	12
2.2. Verbální komunikace	17
2.3. Naslouchání.....	19
3.Osobnost seniora a jeho potřeby	22
3.1. Celostní přístup k člověku.....	22
3.2. Rozdělení potřeb	23
4.Spirituální potřeby seniora	27
4.1 Vymezení základních pojmů	27
4.2 Spiritualita ve stáří	28
4.3 Konkrétní spirituální potřeby seniorů	29
4.4 Význam víry dle Vágnerové	34
4.5 Duchovní opora seniora	36
5.Metodologie	42
5.1 Cíl výzkumu	42
5.2 Metoda získávání dat	42
5.3 Výběr účastníků výzkumu	43
5.4 Omezení výzkumu	44
5.6 Hlavní a dílčí výzkumné otázky.....	45
5.7 Analýza rozhovorů.....	45
5.8 Odpověď na hlavní výzkumnou otázku	63
Závěr	65
Seznam literatury	66
Příloha.....	69

Úvod

Během své odborné praxe na Evangelické akademii Vyšší odborné škole sociálně právní jsem si uvědomila, že nejraději pracuji se seniory. Je to skupina mně nejbližší. Setkávání s nimi mi přináší radost. Často pozoruji, že je to oboustranné. Chci se v práci se seniory rozvíjet, a proto se zde v bakalářské práci budu zabývat seniory.

Je mi velice sympatický celostní přístup k člověku, který zdůrazňuje vzájemnou propojenost biologické, psychologické, sociální a spirituální části člověka. Jako sociální pracovnice chci reagovat nejen na klientovy sociální potřeby, ale chci mít na zřeteli všechny jeho složky osobnosti. Nejméně toho vím právě o duchovních potřebách. Co konkrétně jsou duchovní potřeby? Jak je rozvíjet? Jak o nich se seniory mluvit? A o čem s nimi vlastně mluvit? To jsou otázky, které mě napadají vždy, když se mluví, nebo píše o duchovní složce člověka. Současná literatura se tématu spirituálních potřeb seniorů příliš nevěnuje. Vždy je však zdůrazněno, že je to oblast velice osobní a specifická. S tímto tvrzením naprosto souhlasím. Chtěla bych si ale o spirituální oblasti seniora utvořit konkrétnější představu, abych měla při setkáních s nimi z čeho vycházet a mohla na jejich potřeby lépe reagovat, napomáhat k jejich naplnění a celkovému rozvoji a spokojenosti člověka. Využiji proto prostor bakalářské práce s cílem pokusit se duchovní potřeby seniorů více konkretizovat. A zaměřím se především na komunikaci se seniory.

V teoretické části práce se budu věnovat dosavadním poznatkům z odborné literatury. Nejprve vymezím pojmy, jako jsou senior a stáří, dále se budu věnovat komunikaci se seniorem. Poznátky o neverbální komunikaci převezmu ze své absolventské práce, která nese název Specifika komunikace se seniory pohledem pracovníků pomáhajících profesí. Obhájila jsem ji na Evangelické akademii Vyšší odborné škole sociálně právní v Brně v roce 2009. V další

části bakalářské práce se budu věnovat potřebám seniorů, zejména pak těm duchovním. Čerpat budu z dostupné literatury.

Jak už jsem uvedla, hlavním cílem bakalářské práce je konkretizovat obsah pojmu duchovní potřeby seniorů. Protože je to rozsáhlé téma, zaměřím se v praktické části práce jen na uspokojování duchovních potřeb seniorů v domově pro seniory. V rámci kvalitativního výzkumu budu vést polostrukturované rozhovory s uživateli a také s pracovníky konkrétního domova pro seniory. Při kladení otázek budu vycházet z poznatků z teoretické části práce. Hlavní výzkumná otázka bude znít: Jak reagují pracovníci domova pro seniory na duchovní potřeby seniorů? Bude mě tedy zajímat, jaké jsou duchovní potřeby seniorů a také zda pracovníci domova pro seniory o těchto potřebách ví a jak na ně reagují. Během své dosavadní praxe jsem se totiž setkala s tím, že duchovní složce seniorů se nepřikládá téměř žádný význam. Zajímá mě, zda je to jen můj subjektivní pocit, nebo zda je tomu jinak. Zda senioři mají zájem o rozvoj spirituální složky své osobnosti a zda jim to domov pro seniory umožňuje?

1. Senior

V první kapitole vymezím životní období, které se nazývá stáří. Také se budu věnovat dnešnímu pohledu na stáří, zejména se zaměřím na jeho pozitivní přínos.

1.1 Vymezení stáří

Stáří je poslední etapa životní cesty. Za její symbolický začátek odborníci považují hranici šedesát pět let. Věk, kterého se lidé dožívají, se stále zvyšuje. „Na počátku 21. století je očekávaná doba života v České republice pro muže 74,2 a pro ženy 80,3 let.“¹ Stáří je doba dlouhá, můžeme ji pro snadnější práci strukturovat. Nejčastější dělení stáří je toto:

60 – 74 let vyšší věk, nebo rané stáří

75 – 89 let stařecký věk, vlastní stáří

90 let a výše je označováno jako dlouhověkost.

V této práci se zaměřuji na osoby starší sedmdesáti pěti let, prožívající vlastní stáří.

1.2 Pohled na stáří

V dnešní společnosti převládá negativní pohled na stáří. Tělesný a mentální úpadek jsou problémy, se kterými se stárnoucí člověk jistě musí potýkat. Zdaleka to ale nejsou jediné aspekty stáří. K objektivnímu náhledu na stárnutí nepřispívají ani média. „Negativnímu obrazu stáří v médiích se v poslední době věnuje řada odborníků, kteří konstatovali, že senioři jsou stále představováni jako výrazně nesoběstační, až nemohoucí lidé, kteří jsou stále zbyteční,

¹ Haškovcová, 22

osamocení a všestranně strádající. Za takové situace se senioři nutně cítí být příslušníky obtížné generace.“²

Jsem přesvědčená o tom, že stáří s sebou přináší i spoustu pozitiv. Během své dosavadní práce se seniory jsem se setkala s mnoha staršími osobami, ze kterých vyzářovala ona pověstná moudrost stáří. Osobně tuto moudrost vnímám jako souhrn životních zkušeností, smíření s životními peripetemi, chuť žít i všední dny, naději v dobro, lásku.

Kladnému pohledu na stáří se věnuje i dokument Papežské rady pro laiky nazvaný Důstojnost seniora a jeho poslání v církvi a ve světě. Je zde definováno pět charismat stáří. Tyto charismata reagují na projevy dnešní doby a nabízí tak inspiraci a pomoc ze strany seniorů.

Nezištnost. V dnešní společnosti se měří hodnota naší činnosti, našeho výkonu parametry efektivnosti. Často se naprosto vytrácí rozměr nezištnosti, který právě senior může nabídnout. „Senior, jenž dává svůj čas k dispozici, může obracet pozornost příliš zaměstnané společnosti na potřebu překonávat hráz lhostejnosti, která člověka pokořuje, bere mu odvahu a zastavuje příliv nesobeckých podmětů.“³

Paměť. Senioři jsou nositelé historické paměti. Dnešní kultura podceňuje smysl pro historii a riskuje tak, že bude snadno opakovat její chyby. Chybějící mezigenerační dialog napomáhá ke kultu mládí, k rychlému životnímu stylu obrácenému k přítomnosti, resp. k budoucnosti.

Zkušenost. „Dnes žijeme ve světě, kde se zdá, že odpovědi vědy a techniky vytlačily užitečnost životní zkušenosti nashromážděné seniory za celý jejich život.“⁴ Senioři mají mladším generacím stále co říct a mnohé s nimi mohou sdílet.

² Haškovcová, 49

³ Důstojnost seniora a jeho poslání v církvi a ve světě, 8

⁴ Důstojnost seniora a jeho poslání v církvi a ve světě, 9

Vzájemná závislost lidí je nezpochybnitelná. „Nikdo nemůže žít sám.“⁵ Šířící se individualismus a potřeba vyniknout vedou k tomu, že slabší jsou často ponecháni sami sobě. Senioři, kteří vyhledávají společenství, ukazují na plnost života ve společenství a na nutnost scelit síť meziosobních a společenských vztahů.

Kompletnější pohled na život. Senioři mohou do uspěchaného, neklidného života, kde se zapomíná na základní otázky o povolání, důstojnosti a osudu člověka vnášet jednoduchost a kontemplaci. „Citové, morální a náboženské hodnoty, které prožívají staří lidé, jsou nevyhnutelným zdrojem pro rovnováhu společnosti, rodin i osob. Sahají od smyslu pro zodpovědnost k přátelství, od rezignace na moc po rozumnost úsudku, od trpělivosti po moudrost, od niternosti po úctu ke stvoření a k úsilí o mír. Senior lépe chápe převahu ‚bytí‘ nad ‚konáním‘ a nad ‚vlastněním‘. Lidské společnosti budou lepší, dokáží-li získat užitek z charismat stáří.“⁶

Osobně mě mrzí, že v naší společnosti převládá negativní pohled na stáří. Vždyť senioři mají druhým stále co nabídnout.

⁵ Důstojnost seniora a jeho poslání v církvi a ve světě, 9

⁶ Důstojnost seniora a jeho poslání v církvi a ve světě, 9

2. Komunikace se seniorem

„Komunikace není všechno, ale je za vším.“⁷, píše Vymětal ve své publikaci Průvodce úspěšnou komunikací. Myslím si, že pokud člověk umí dobře komunikovat s lidmi kolem sebe, předchází ve vztazích mnohým bariérám a nedorozuměním a napomáhá tak k vzájemnému porozumění.

Komunikaci nejčastěji rozdělujeme na dvě složky – verbální a neverbální. V odborné literatuře se uvádí, že člověk druhému sděluje verbálně pouze 7% informací, paralingvisticky 38%, ovšem řečí těla předáváme až 55% informací.⁸

V této kapitole se budu věnovat komunikaci zaměřené na seniory.

2.1. Neverbální komunikace

Jak jsem již zmiňovala v úvodu bakalářské práce, komunikací se seniory jsem se podrobněji věnovala ve své absolventské práci na Evangelické akademii Vyšší odborné škole sociálně právní v Brně. Zaměřila jsem se na neverbální komunikaci. Díky rozhovorům s šesti pracovníci⁹ domova pro seniory jsem se dozvěděla zajímavé informace o komunikaci se seniory. Na tomto místě uvádím analýzu rozhovorů.

2.1.1 Důležitost neverbální komunikace

V rámci rozhovorů, jsem se pracovníků nejprve zeptala, jak využívají neverbální komunikaci při komunikaci se svými klienty? Z odpovědí mi vyplynulo, že pracovníci si jsou vědomi důležitosti neverbální komunikace.

⁷ Vymětal, 9

⁸ Mikuláščík, 113

⁹ Označuji je jako pracovníce č. 1, pracovníce č. 2, pracovníce č. 3, pracovníce č. 4, pracovníce č. 5, pracovníce č. 6

Všichni uvedli souhlas s tvrzením, že neverbální komunikací sdělujeme druhému až 55% informací, a platí to i při komunikaci se seniory. Pracovnice č. 3 řekla: „*Určitě. Myslím, že hodně z nich čtu. Ještě než začnu cokoliv probírat. Vidím, když přijdu do pokoje, vidím, jakou mají náladu, a už vím, jak je znám, jestli bude těžký je přemluvit třeba na koupání a jestli dneska máme, nebo nemáme den. A i oni na nás reagují.*“ Komunikace, respektive neverbální komunikace, je proces oboustranný. Je tedy důležité všimnout si projevů klienta a také být si vědom i svých projevů. „*Jde o to, aby měl člověk určitou dávku empatie, aby to vycítil a znalosti psychologie, aby rozpoznal neverbální komunikaci.*“¹⁰ Dále tato pracovnice uvedla, že díky neverbální komunikaci, která bývá mnohdy pravdivější než verbální, může pracovník poznat, co si opravdu senior myslí a cítí. Život v domově pro seniory někdy vede seniory k defenzivní pozici, kdy se bojí říct svůj názor. Z odpovědí pracovnic také vyplynulo, že je třeba si uvědomit zranitelnost seniorů. Pracovnice č. 6 doslova řekla: „*... myslím, že jsou ti starší lidi citlivější, než všichni ostatní.*“

Další využití neverbální komunikace je při komunikaci se seniory, na kterých se stáří projevílo zhoršením smyslového či mentálního vnímání. „*A ti, kteří jsou na tom mentálně hůř, tak tam je to jen o tom, oni spíš na mě koukají, než by poslouchali, co jim říkám, tak spíš na mě koukají, o co mě jde.*“¹¹

2.1.2 Oční kontakt

Udržování očního kontaktu s klientem je důležité pro všechny oslovené pracovnice, zejména proto, aby mohly mít od seniora zpětnou vazbu: „*Já jim třeba i chodím do zorného pole, že si třeba čupnu, aby mě oni i vzali na vědomí ...je to pro mě důležitý, protože já potřebuju vědět, jestli ví, co po nich chcu...*“, uvedla pracovnice č. 3. Podle pracovnice č. 6 se z očí dá vyčíst i více:

¹⁰ Absolventská práce: pracovnice č. 5

¹¹ Absolventská práce: pracovnice č. 3

„... v očích se značí, řekla bych nálada, vůbec charakter, oči jsou velice důležitý.“

Udržovat oční kontakt je nutné také při naslouchání klientovi: „...protože očním kontaktem mu dáváme najevo za prvé blízkost, za druhé že opravdu v tom vztahu, v té komunikaci jsme, že to myslíme upřímně, že mu nasloucháme, že jsme mu otevření.“¹²

2.1.3 Úsměv

Úsměv hraje při komunikaci se seniorem velkou roli: „Tak určitě je lepší, když se na člověka usměju, než když se mračím, už navodím takovou příjemnou atmosféru. A oni už jsou takoví spokojení, když se na ně usměju, pohládím, hezký slovo - to všechno jde ruku v ruce.“¹³ Kouzlo úsměvu tkví v tom, že se na druhé přenáší: „...když třeba ráno tam přijdu a mám dobrou náladu, tak určitě je to nakažlivý určitým způsobem a i oni se více usmívají, fakt je to cejtit. Anebo když je něco trápí a člověk je usměvavej anebo mají pocit, že je vstřícnější, že je schopnej je víc poslouchat. To si myslím.“¹⁴

Při komunikaci se seniorem je dobré využívat úsměv k navození příjemné atmosféry, ovšem, jak vyplynulo z odpovědí pracovníků, i usmívat se musí člověk taktně a ve vhodnou chvíli. Pokud totiž není klient zrovna příjemně naladěn, může mít úsměv opačný účinek.

I ze svých zkušeností vím, jak je někdy těžké a nemožné zajistit, aby bylo vše podle klientových představ, také nedostatek pracovních sil a příliš úkolů nepřispívá k dobré náladě pracovníků. V rozhovorech pracovníce uvádí, že je pro ně úsměv velice důležitý, ve skutečnosti by se ale na klienty mohly usmívat častěji. Těžko je za to ale kritizovat.

¹² Absolventská práce: pracovníce č. 5

¹³ Absolventská práce: pracovníce č. 2

¹⁴ Absolventská práce: pracovníce č. 3

2.1.4 Proxemika

Každý člověk, kolem sebe potřebuje určitý prostor. Jak daleko nebo blízko bychom měli při komunikaci se seniorem být, se nedá obecně říct. Je dobré k seniorovi přistupovat individuálně. *„Tak to je asi u každého jiný, že? Někdo je rád, když je ten člověk u něho blízko, že to mají rádi tady ty starší lid....to je daný povahou, někdo má radši, když je od něho kousek dál. Myslím si, že staří lidi mají rádi blízkost člověka, a vůbec mladšího.“*¹⁵

Příklad individuálního přístupu mi při rozhovoru uvedla pracovnice č. 3 domova pro seniory: *„...myslím, že je to u každého jiný. To je těžký, nevím, jak na to odpovědět. A i jsou chvílky, kdy je to jiný, když je jim třeba ouvej - a vidím - třeba nedávno p. Horáková.¹⁶ Prostě jsem rozdávala jídlo - večeru a viděla jsem, že je taková přešlá, že se něco stalo, tak jsem se ptala a ona říkala, no že ju něco trápí. A večer jsem rozdávala čaje, tak jsem si stoupla, vykládala... a potom se někdy ten rozhovor stočí, tak že člověk cítí, že oni chtěou, aby byl blíž, a klidně si sednu vedle nich a oni si dají hlavu na rameno, já je hladím a třeba něco jako proberem. A jsou dny, kdy nemají tu potřebu takové blízkosti, to je asi individuální aji od člověka aji od situace, nevím, jak na to jinak odpovědět.“*

K narušení osobního prostoru také dochází, pokud seniorovi nějak pomáháme např. při oblékání, nebo když ho podpíráme... Myslím si, že v takových situacích je nutné mít od seniora alespoň neverbální souhlas. Pak toto narušení osobního prostoru nevnímá jako ohrožení, ale naopak, jako pomoc.

¹⁵ Absolventská práce: pracovnice č. 2

¹⁶ jméno změněno

2.1.5 Další neverbální projevy

Na otázku: „Jakým dalším neverbálním projevům seniora by měl pracovník při komunikaci věnovat pozornost?“ mi pracovnice odpověděly různorodě. Především si všímají mimických projevů klienta, ale také gestika, haptika, kinezika a posturologie jsou pro ně důležité. „... *ta mimika a gestika je asi nejdůležitější. Tak to jsou takový tři věci (pozn. a haptika), na který je člověk utáhne a na to pohlazeníčko taky, oni leckdy zjihnou, to je taková zbraň.*“¹⁷

Pracovnice č. 5 uvedla, že je zajímavé všimnout si i prostředí klienta, které si na pokoji vytváří: „...*z toho jde vyčíst, jaký má vztah k sobě, co prožívá, ...tím projevuje, v jakém psychické stavu se nachází.*“

Další otázka, která mě v této části rozhovoru zajímala, byla: „Jakých neverbálních projevů by se měl pracovník se seniory vyvarovat?“

Pracovnice se shodly na tom, že by měly své negativní projevy kontrolovat a pokud možno minimalizovat. „*Jakákoliv gesta - hanlivá gesta, která by vyjadřovala agresivitu, zlobu, nenávisť. Mimika obličeje, která vyjadřuje tyto negativní – hm - pohrdání, nebo nezáměr, veškeré negativní emoce by měli být potlačeny a vstřebány a neměli by se projevit v mimice a v gestikulaci.*“¹⁸ Dále uváděly, že by člověk neměl být hlučný a měl by se vyvarovat jakéhokoli omezování osobního prostoru.

Je nezbytné vědět, které neverbální projevy působí na klienta represivně. Jednak aby se jich mohl pracovník vyvarovat, na druhou stranu je i někdy účelně využívat. Jak uvedla pracovnice č. 3, je důležité: „...*sledovat takový to, kdy je člověk moc nad nima, nebo dělá takovou tu posturiku, že mám navrch, tak to asi. I když někdy je potřeba jim dát najevo, že já jsem ten, který se bude*

¹⁷ Absolventská práce: pracovnice č. 3

¹⁸ Absolventská práce: pracovnice č. 5

poslouchat. To je těžký, někdy to člověk využívá tak, aby cejtili, že je potřeba to udělat, že to nebudem moc dlouho okecávat.“

Z odpovědí pracovníků je patrné, jak obtížné je někdy reagovat na seniora přiměřeně a vyvarovat se právě výše uvedených projevů. Klienti se někdy chovají panovačně, arogantně, neocení službu, kterou pro ně pracovníci konají atd. V takovýchto situacích je těžké zachovat se profesionálně, ale povinností pracovníka je se o to snažit. Pracovnice č. 6 při rozhovoru řekla: „...já si myslím, že tady když si zavřu ty dveře, tak si můžu dělat cokoliv, ale když je otevřu a ten klient je tady, tak prostě to tady nemá místo.“

Neverbální komunikace hraje při komunikaci se seniorem obrovskou roli. Pracovník pomáhajících profesí by jednak měl věnovat pozornost neverbálním projevům seniora, a také správně využívat svoji neverbální komunikaci.

2.2. Verbální komunikace

Verbální komunikace je komunikování pomocí slov. Doporučení, jak se seniorem mluvit jsem převzala z knihy Komunikace pro seniory, jejíž autorkou je Andrea Pokorná.¹⁹ Tato kniha je ojedinělá tím, že se konkrétně zaměřuje na komunikaci se seniory a udává praktické připomínky a rady. Myslím, že její doporučení komentář nepotřebují.

- Vždy primárně komunikujte s osobou, o niž pečujete, a ne s doprovodem či jinou osobou tak, aby bylo vždy jasné, ke komu směřuje sdělení.
- Zajistěte prostředí bezpečí a jistoty.
- Buďte si vědomi cíle, kterého chcete při komunikaci dosáhnout (např. umožnit nemocnému podělit se o své pocity, nebo předat

¹⁹ Pokorná, 24-25

informace nemocnému, anebo edukovat seniora a jeho blízké, či vyřešit konfliktní situaci), a na základě takto stanoveného cíle postupujte.

- Buďte si vědomi své aktuální role (např. naslouchajícího, poradce, společníka).
- Snažte se přizpůsobit komunikační styl naslouchající osobě – věku, vzdělání, pojmovému aparátu – slovníku (to samozřejmě neplatí pro vulgarismy a pejorativní výrazy).
- Využívejte efektivní komunikační techniky (např. techniky aktivního naslouchání) a v komunikaci se seniory se pokuste eliminovat potenciálně neefektivní techniky (elderspeak, profesionální žargon, asertivní techniky apod.)
- Používejte eufemismy – ale ne ve smyslu změny významu obsahu sdělení a nikdy ne jako prostředek manipulace.
- Snažte se nepoužívat vágní a neurčitá slova a tzv. parazity – slovní vatu (ehm, hm, vlastně, jaksi apod.), stejně jako slova, u nichž si nejste jisti významem.
- Pokuste se sjednotit verbální a neverbální projevy (snaha o kongruenci).
- Správně identifikujte míru pochopení efektivní zpětnou vazbou (neptejte se, zda vám druhá osoba rozumí, ale na to, co z vašeho sdělení pochopila).
- Nemluvte zbytečně hlasitě a už vůbec nekřičte, chcete-li, aby vám druhá osoba naslouchala (můžete křičet, aby vás všichni slyšeli, měli byste ale mluvit spíše klidně, aby vám ostatní naslouchali).
- Pokuste se udržet plynulé tempo řeči, nemluvte příliš pomalu (naslouchající může mít potíže s udržením pozornosti) a nemluvte ani příliš rychle (riziko selektivního ignorování naslouchajícího, neschopnost porozumět, komunikačního zahlcení)

- Snažte se sami vyhnout automatizovaným myšlenkám a vést nemocné k pozitivnímu myšlení a eliminaci automatizovaných myšlenek.
- Nejste-li si jisti odpovědí na otázku, či nevíte-li, jak reagovat, raději chvíli mlčky přemýšlejte a odpovězte s mírnou prodlevou (můžete naslouchajícího informovat o tom, že si potřebujete odpověď krátce promyslet).
- Nedopouštějte se tzv. intruzí – skákání do řeči.
- Neobávejte se říci, že nerozumíte, anebo požádat o opakované vysvětlení (je to lepší než proces subjektivizace a promítání vlastních názorů a domýšlením vlastních obsahů sdělení).
- Obáváte-li se dopadu svých slov, raději si nejprve promyslete, zda je nutné zamýšlené sdělit, anebo je vhodnější mlčet (používejte pomůcku semaforu: na červenou se odmlčte, na oranžovou se zamyslete, teprve na zelenou začněte mluvit); pamatujte, že jednou vyřčená slova již nelze vzít zpět.

2.3. Naslouchání

Jak napsala Vaníčková: „Základním kamenem laické spirituální péče je schopnost naslouchat.“²⁰ Tomu, co naslouchání je a jaké jsou jeho zásady, se budu věnovat v této kapitole. Jaro Křivohlavý definuje naslouchání druhému člověku jako první a nejdůležitější fázi osobního rozhovoru. A má na mysli ono aktivní naslouchání, které je iniciativní. „Není jen příjem informací, ale i pokusem o jejich zpracování do určitého přehledu a smysluplného obrazu. Není jen lhostejným (apatickým) záznamem emocí, ale empatickým (soucítěním proniklým) souzněním (resonancí). Není jen zachycováním všeho,

²⁰ Vaníčková

co partner řekl, ale zároveň i pokusem o vedení partnera k hlubším a podstatnějším věcem, případně k většímu náhledu a rozhodnutí.²¹

Správné aktivní naslouchání by mělo dle Krivohlavého²² mít tyto tři části reflexi, empatii a rozhodnutí. :

- *Reflexe* znamená, nejprve naslouchat tomu, co senior říká, následně zvažovat a zpracovat přijaté informace. Na závěr informovat partnera o výsledku reflexe.
- *Empatie* je pokus o souznění citů. Důležité je nejdříve naslouchat a vidět, co senior citově prožívá. A pak sdělit výsledek pozorování, pokusit se slovně vystihnout, jak asi seniorovi je.
- *Rozhodnutí*. Snaze dovést seniora k vlastnímu rozhodnutí (činu, jednání, určitému chování) by mělo předcházet naslouchání jeho záměrům, snahám, přáním a cílům (jeho směřování).

Naslouchání je sice proces člověku přirozený, ale zároveň také složitý. Leccos tento proces narušuje a komplikuje. Jaro Krivohlavý uvádí pět zlovyků naslouchání podle Johna Killinger²³. Můžeme se zamyslet, do jaké míry se týkají i naší komunikace, resp. naslouchání.

1. Posluchač jen předstírá pozornost, ale v podstatě je nepozorný.
2. Posloucháme a slyšíme jen fakta, myšlenky nám unikají.
3. Domníváme se, že to, co je řečeno je příliš těžké a tak raději „vypneme“ a neposloucháme.
4. Místo abychom poslouchali, kritizujeme hovořícího (jak špatně mluví, jak vypadá, jak se vyjadřuje apod.).
5. Naše pozornost je snadno odvedena pryč od toho, co nám říká ten, kdo s námi mluví.

²¹ Krivohlavý, 66

²² Krivohlavý, 67

²³ Krivohlavý, 81

Při rozhovoru dochází k různým překvapivým situacím, na které musí člověk reagovat. Jednou z nich může být i nastalé ticho. Může znamenat mnoho věcí. „Je přemýšlivé ticho, kdy se hledá jak dál. Je ticho šoku, kdy něco vyrazilo hovořícímu dech. Je ticho plné rozpaků, kdy hovořící neví, jak dál. Je ticho hlubokého pokoje, kdy vše bylo řečeno, a další slova by jen rušila posvátný klid.“²⁴ Jak se ale v této tiché situaci zachovat? Doporučuje se ticho tolerovat. Nepospíchat s odpovědí a reakcí. Raději s ní chvíli otálet a počkat. Začít hovořit až o chvíli později, než jsme zvyklí odpovídat. Neměli bychom podlehnout pokušení promluvit okamžitě. „Podaří-li se nám zůstat v tichu spíše než-li utéci se do řeči slov, pak s překvapením objevíme skrytý poklad v hloubi duše. V takových chvílích častokrát objevíme, kdo to vlastně je ten, s nímž hovoříme.“²⁵

Na závěr této podkapitolky bych ráda zdůraznila to, co si myslím, že dělá naslouchání nasloucháním. Jsou to jeho tři neoddělitelné způsoby, tak jak je uvádí Křivohlavý: „...naslouchání ušima – slyšení, naslouchání očima – vidění, naslouchání srdcem – milování. Co znamená ono naslouchání ‚třetím uchem‘ tedy srdcem? Je to proniknutí pod povrch, k samému jádru věci. Když se to daří a partneři se k jádru problému přibližují, pak mluví o vyslechnutí vyznání. Tak nějak lze porozumět i tomu, co nazýváme osobní zpovědí.“²⁶ Za vše mluví citát z Malého prince: „...správně vidíme jen srdcem. Co je důležité, je očím neviditelné.“²⁷

²⁴ Křivohlavý, 27

²⁵ Křivohlavý, 27

²⁶ Křivohlavý, 29

²⁷ Exupéry, 74

3. Osobnost seniora a jeho potřeby

Při studiu na Evangelické teologické fakultě jsem se blíže seznámila se zajímavým přístupem k člověku. Zjistila jsem, že je možné přistupovat k člověku jako k osobnosti jednotné, celistvé. A také že je žádoucí vycházet z jeho individuálních potřeb, mezi které neodmyslitelně patří i spirituální potřeby. Bohužel v praxi tento přístup samozřejmě není. V následující kapitole se věnuji teoretickému základu celostního pojetí člověka a v druhé části se zaměřuji na potřeby seniorů, zejména pak na ty duchovní.

3.1. Celostní přístup k člověku

Při definici celostního přístupu k člověku můžeme vycházet z pojmu zdraví, které Světová zdravotnická organizace definuje jako bio-, psycho-, socio-, spirituální pohodu člověka. „Tento popis tedy vystihuje čtyři důležité dimenze člověka. Člověka se tak pokusíme chápat jako biologickou, psychologickou, sociální a spirituální jednotu.“²⁸

Křišťan dále jednotlivé složky člověka rozvádí: „Biologická dimenze popisuje především fyzickou stránku člověka, zabývá se jeho fyzickými možnostmi a omezeními. Psychologická dimenze si všímá duševní stránky člověka, jeho prožívání věcí, emocí, motivací, zájmů, (sebe)hodnocení, poznávání. Sociální dimenze se zabývá především vztahy mezi jedinci, mezi skupinami jedinců, procesy ve skupinách a také sociálním fungováním jedince v jeho sociálním prostředí. Spirituální dimenze se zabývá myšlením člověka, otázkám po smyslu skutečností, otázkami, které člověka přesahují, jako jsou otázky po původu, smyslu.“²⁹

²⁸ Křišťan in Martinek, 22

²⁹ Křišťan in Martinek, 23

Na tomto pojetí člověka staví i paliativní medicína. Na její zakladatelku Cecilii Saundersovou se odvolává Marta Munzarová v kapitole Celostní pojetí člověka – základní princip lékařské etiky.³⁰ Vyjmenovává zde složky bolesti, ve kterých se odráží všechny dimenze člověka. *Bolest fyzická*, která se dá nejsnadněji rozpoznat a definovat. *Bolest sociální*, jako projev předtuchy ze ztráty, nebo skutečného odloučení od rodiny, přátel a ztráty sociální role. *Emoční bolest* je soubor pocitů, který zahrnuje duševní otřes, otupělost, hněv, smutek, smlouvání, úzkosti, deprese. Jde o dynamiku zármutku, který je středem konečného období nemoci. *Bolest spirituální* je utrpení spojené s odcizením od svého nejhlubšího já. Je nejobtížněji definovatelná. Často je pojmenovaná jako strach z neznáma, jako pocit ztráty smyslu.

Myslím si, že celostní přístup k člověku je ideál, který pomalu, ale jistě přijímají za svůj všechny oblasti péče o člověka. Ukazuje se, že přistupovat k člověku, jako k bytosti komplexní je účinné. Jen tak se totiž řeší problém ve své podstatě a neztrácí se čas a energie při odstraňování pouze vedlejších projevů.

3.2. Rozdělení potřeb

Pokud chceme seniorům účinně pomáhat, musíme znát jejich potřeby a právě na ně reagovat. Snažit se je naplňovat. V odborné literatuře se potřeby člověka resp. seniora dělí do různých skupin.

3.2.1 Maslow

Nejčastěji uváděné dělení potřeb je dle A. H. Maslowa,³¹ který rozdělil potřeby do sedmi stupňů. Potřeby pět až sedm označil jako vyšší, k jejich uspokojení je třeba nejprve naplnit potřeby nižší. Naplnění všech potřeb je však

³⁰ Munzarová, 21 - 26

³¹ Maslow in Coan, 156

stejně důležité. Duchovní potřeby seniorů můžeme nalézt v poslední sedmé skupině.

1. Fyziologické potřeby
2. Potřeby bezpečí
3. Potřeby sounáležitosti a lásky
4. Potřeby sebeúcty
5. Potřeby seberealizace
6. Potřeby vědět a znát
7. Estetické potřeby

3.2.2. Fyziologické potřeby

Naplnění fyziologických potřeb je základním předpokladem při práci se seniorem. „Pokud u někoho nejsou fyziologické potřeby alespoň částečně uspokojeny, není možné u něj postoupit k dalším stupňům potřeb. Maslow však připouští výjimky. Konec konců nejen z historie jsou známy případy, kdy fyzické strádání lidí bylo kompenzováno uspokojováním např. estetických potřeb.“³² Pokud to je ale možné, je pro pocit celkové pohody a spokojenosti člověka dobré, když dochází k uspokojení těchto potřeb: potřeba dýchání, výživy, vylučování, spánku a odpočinku. Dále potřeba pohybu a chůze, hygieny, zdraví, správné tělesné teploty, tišení bolesti. A také potřeba fyzického kontaktu, smíchu a pláče (jakožto fyzické záležitosti).³³

3.2.3. Psychosociální potřeby seniorů podle Vágnerové

Marie Vágnerová se zaměřuje na potřeby seniorů prakticky a konkrétně. V důsledku změn a omezení, které stárí s sebou přináší, se mění i některé potřeby

³² Thareauová, 37

³³ Thareauová, 37

člověka. Níže uvádím, jak se v pohledu vývojové psychologie ve stáří mění psychické funkce respektive jejich potřeby.

Potřeba stimulace se snižuje, někteří však jejím nedostatkem strádají. Nedostatek je způsoben omezením kompetencí, ztrátou kontaktů či snížením společenských požadavků. Stimulační deprivace má špatný vliv jak na pocit celkové životní pohody, tak na uchování různých schopností a dovedností. Nuda, bezcílnost a monotónnost života často vedou ke ztrátě motivace a k apatii.

Oproti jiným životním obdobím se zvyšuje *potřeba bezpečí*. Příčinou je úbytek kompetencí a obavy z možného zhoršení. „Důležitá je i potřeba psychologického bezpečí a citové jistoty, jejíž uspokojení závisí ve značné míře na okolí, na poskytované péči a pomoci i pocitu její dostupnosti. Starý člověk potřebuje dosáhnout přijatelné rovnováhy mezi potřebou autonomie, tj. mírou samostatnosti a nezávislosti, a potřebou jistoty a bezpečí (posilovanou úbytkem ztráty soběstačnosti).“³⁴

Potřeba autonomie se postupem času přetváří spíše do symbolické roviny jako možnost určit si, kdy budou jíst, kde budou odpočívat apod. „Tato potřeba se může projevat vymáháním něčeho nevýznamného, kdy starého člověka víc uspokojí prosazení vlastního rozhodnutí než dosažení proklamovaného cíle.“³⁵

Potřeba sociálního kontaktu a citové vazby je pro seniory také velice důležitá. V důsledku úbytku sil a energie, ale i potřeby nenarušení citové pohody, eliminují velmi staří lidé mnohé kontakty a vztahy. Snaží se proto o udržení si spolehlivých a jistých citových vazeb k rodině, k přátelům, protože jsou na těchto vztazích čím dál více závislí. „Staří lidé na nich ulpívají jako na

³⁴ Vágnerová, 413

³⁵ Vágnerová, 414

výlučném zdroji své jistoty a anticipovaného bezpečí a případnou separaci či ztrátu prožívají jako silný stres.³⁶

„*Potřeba akceptace a uznání* se projevuje tendencí vymáhat pozornost nebo snahou udělat něco, co by bylo někomu užitečné, a eliminovat tak narůstající pocit vlastní zbytečnosti.“³⁷

Při setkání se seniory je třeba mít na paměti nejen fyziologické, psychické a sociální potřeby seniora, ale i ty spirituální. Těmto potřebám seniora budu věnovat následující kapitolu.

³⁶ Vágnerová, 412

³⁷ Vágnerová, 414

4. Spirituální potřeby seniora

Duchovní oblast člověka je velice specifická a individuální. Možná že se o ní tolik nepíše právě proto, že je těžko teoreticky uchopitelná. Zvláště pokud je snaha vyjádřit se jasně a k tématu. Dříve než se dostanu k věci, v tomto případě k duchovním potřebám a ke spirituálním bolestem, budu se krátce věnovat základním pojmům spiritualita, náboženství, víra a také významem víry. Na závěr kapitoly uvedu několik zajímavých myšlenek z Listu papeže Jana Pavla II. starým lidem, které mohou být inspirací k přemýšlení o duchovních potřebách seniorů.

4.1 Vymezení základních pojmů

Pojmy jako spiritualita, náboženství a víra se užívají někdy i v nepřesném významu. Co vlastně znamenají?

Spiritualita je hledání něčeho, co nás přesahuje, něčeho co je mimo naši moc. Ne vždy se musí jednat o Boha, ale např. o otázku pravdy nebo o hledání smyslu života. „Spiritualita je (vůči náboženství) pojmem nadřazeným, neboť zahrnuje všechny ty, kteří své duchovní prožitky a potřeby praktikují ve vlastním systému religiózních představ. Často i osobám, které se pokládají za nevěřící, není cizí myšlenka na život po smrti a existenci duše. Mnozí mají svou víru ve formě subjektivního osobního náboženství nebo obecné filosofie života.“³⁸

Náboženství je na rozdíl od spirituality vírou, vztaženou ke konkrétní náboženské tradici. Často souvisí s církví nebo nějakou denominací.

³⁸ Vaničková

„Náboženství má zpravidla jasně organizovaný systém vztažený k Bohu, který má svou věrouku, rituály, praxi i stanovené denní povinnosti věřícího.“³⁹

„*Víra* jako lidský čin znamená spolehnutí se, důvěrné přiblížení. Je to vztah, který je navzájem otevřený, ve kterém je minimum obranných postojů a minimum nedůvěry. Úzce souvisí s láskou - snadno věřím tomu, kdo miluje mne a koho miluji já.“⁴⁰ Víra je pro křesťany cestou k Bohu a jeho spáse. Je to osobní životní cesta; stále otevřený pramen poznání Boha a jeho díla. Víra křesťany navzájem sjednocuje. „Křesťanská víra není libovolně utvořené osobní přesvědčení, ale odpověď člověka na Boží slovo, sdělované Duchem svatým, zapsané v Bibli a opatrované, chápané a žité v církvi.“⁴¹

Duševní a duchovní jsou pojmy, které se někdy chybně zaměňují. Duševní je to, co člověk prožívá ve vztahu k sobě, k druhým lidem a k materiálnímu světu. S tím má zkušenost každý. Do duchovní oblasti, která je jakousi "nadstavbou", patří zase náš vztah k Bohu a všem náboženským hodnotám ve vztahu k životu a smrti. A to jsou dvě rozdílné roviny. Musíme si také uvědomit, že lidská duše je od přirozenosti náboženská. Víra je dokonce chápána jako určitá antropologická konstanta.⁴²

4.2 Spiritualita ve stáří

„Ve stáří potřeba spirituálního směřování velmi často narůstá. Děje se tak v závislosti na omezení různých kompetencí, jako reakce na mnohé zátěže a ztráty, ale i v souvislosti s anticipací vlastní smrti.“⁴³ Myslím si, že tento názor v myšlení společnosti převládá. Nešpor, který srovnává výsledky odborných studií, k tomuto tématu píše: „Podle některých autorů zájem o náboženství i

³⁹ Vaničková

⁴⁰ Opatrný

⁴¹ Opatrný

⁴² Max Kašparů

⁴³ Vágnerová, 428

církevní aktivity roste se zvyšujícím se věkem (např. Gray – Moberg 1977), přičemž důvody jsou poměrně zřejmé: lidé v druhé polovině svého života bilancují, snaží se dát smysl svým životním příběhům a v neposlední řadě se snaží vyrovnat s myšlenkou vlastní smrti, což se projevuje například vyšší vírou v posmrtný život mezi staršími lidmi (Finney, 1995). Podle Christiana zájem o náboženství ve vyšším věku podporuje také marginalizace starších lidí v moderních společnostech, spojená s pocity bezvýznamnosti a ztráty identity (Christiano 1987).⁴⁴ Studie, které nesrovnávají různé věkové skupiny, ale sledují stejné osoby po několik let, představu o tom, že lidé „stárnou do náboženství“ nepodporují. Ukázalo se, že největšímu nárůstu zájmu o duchovní otázky dochází mezi osmnáctým a třicátým rokem života, tedy v období hledání vlastní identity. Poté se religiozita víceméně stabilizuje. „Tato studie tedy naznačuje, že dnešní starší lidé projevují o duchovní záležitosti větší zájem ne proto, že zestárlí, ale proto, že vyrůstali v dobách, kdy bylo chození do kostela a hodiny náboženství samozřejmou součástí života. Otevřenou otázkou je, jaký vztah budou mít k náboženství generace dnešních mladých lidí, až zestárnou.“⁴⁵

4.3 Konkrétní spirituální potřeby seniorů

Cílem této podkapitoly je nastínit konkrétní spirituální potřeby seniorů. Informace čerpám ze dvou zdrojů. Z diplomové práce věnované duchovním potřebám seniorů a ze závěrů Mezinárodního symposia praktické teologie a sociální práce, které se mimo jiné také zabývalo tímto tématem.

⁴⁴ Nešpor, 203

⁴⁵ Nešpor, 204

Nejprve tedy k diplomové práci nazvané Duchovní potřeby seniorů. Autorka Marie Burelová ve svém výzkumu srovnávala duchovní potřeby seniorů hospitalizovaných v nemocnici Na Františku v Praze a v nemocnici Havlíčkův Brod. Pro mě jsou zajímavé výsledky předvýzkumu. Autorka se ptala dvaceti čtyř seniorů na otázky: co si představují pod pojmem duchovní potřeby ve stáří a k čemu by měl starý člověk dospět na konci svého života? Odpovědi pak sumarizovala do patnácti bodů. Ty ještě rozdělila do dvou skupin: na duchovní potřeby v širším smyslu (niterné, body 1 – 8) a na duchovní potřeby v užším smyslu (spirituální, body 9 – 15)⁴⁶.

1. Potřeba dobrých mezilidských vztahů
2. Potřeba lásky
3. Potřeba krásy
4. Naplnění smyslu života
5. Nebýt osamělý
6. Vhodná péče a otevřenost zdravotnického personálu
7. Mít informace o novinkách ve vědě, filosofii atd.
8. Možnost kulturních zážitků
9. Dobrý kontakt s rodinou
10. Smíření a odpuštění
11. Klid na rozjímání
12. Možnost duchovní četby
13. Příležitost k modlitbě
14. Možnost účastnit se bohoslužeb
15. Možnost kontaktu s duchovním

⁴⁶ Burelová, 136

Výsledky šetření ukazují, jak široký význam má pojem duchovní potřeba. Zajímavé je i autorčino rozdělení potřeb na niterné a spirituální, které umožňuje snazší orientaci v rozmanité škále potřeb seniorů.

Druhým zdrojem jsou závěry Mezinárodního symposia praktické teologie a sociální práce, které se konalo v roce 2008 v Českých Budějovicích. Přítomní odborníci zde na základě svých zkušeností formulovali těchto šest spirituálních potřeb seniorů.⁴⁷

1. Rozhovory a sdílení

„Staří lidé mají velkou potřebu vypovídat se ze svých starostí a trápení, řešit své problémy, a to i tehdy, jsou-li omezeni ve svých možnostech komunikovat.“⁴⁸ Témata, o kterých chtějí senioři mluvit, jsou různá. Pokud se jedná o ty duchovní, není bezpodmínečně nutné, aby je zprostředkoval duchovní či pastorační asistent, ale postačí i sociální pracovník, dobrovolník či jiný pracovník přímé péče. „Cílem totiž většinou není odborná diskuze, ale potřeba sdělit informaci či své emoce někomu dalšímu.“⁴⁹

2. Rozhovor zaměřený na bilancování vlastního života

Ve stáří má člověk potřebu bilancovat svůj život. Často vypráví svůj životní příběh, hodnotí a vyrovnává se s tím, co mu život přinesl. Senior už totiž většinou nemá mnoho prostředků a možností, jak naplnit své dávné i současné touhy, cíle a přání. „Celistvost, respektive, jak vyjadřuje Erikson, integrita je poslední velké téma života. Jde o to, přijmout dosavadní život takový, jaký byl. V dobrém zavzpomínat na

⁴⁷ Opatrný, Teorie a praxe... 49-51

⁴⁸ Opatrný, Teorie a praxe... 49

⁴⁹ Opatrný, Teorie a praxe... 49

dosažené úspěchy a životní štěstí a naopak vyrovnat se s neúspěchy a nerealizovanými cíly.⁵⁰ Jde o to, se smířit se vším, co bylo. Nepřijetí a nesmíření se s životem vede k zoufalství, které značně ovlivňuje kvalitu života seniora.

Úloha pomáhajícího pracovníka spočívá v pomoci seniorovi bilancovat jeho život, respektive vyslechnout jeho životní příběh a případně mu pomoci k integritě svého dosavadního života. „Může se tak dít prostřednictvím zdůraznění těch životních událostí, které senior hodnotí jako pozitivní a úspěšné. Pomocí v hledání integrity může být také náboženská víra – v životě lze zpětně najít dobrý smysl, pokud člověk chápe svůj uplynulý život jako plnění určitého úkolu či poslání i jako výzvu k vděčnému vzpomínání, jestliže i svá selhání reflektuje v kontextu víry v odpuštění a smíření s druhými atd.“⁵¹

3. *Potřeba osobní blízkosti*

V důsledku ztráty životního partnera, vrstevníků, změny prostředí (např. přestěhování do domova pro seniory), nedostatku pozornosti od své nejbližší rodiny apod. jsou senioři často velice osamoceni, někdy až sociálně izolovaní. „Toto vše mívá negativní vliv a dopad na psychiku starého člověka. Z toho důvodu je velmi silně zvýrazněna potřeba náležet k nějaké skupině, být jejím členem (skupina přátel, kluby pro seniory aj.). Od osamělosti může pomáhat také náboženská pospolitost – účast na společných bohoslužbách, společná modlitba aj.“⁵²

Dále má starý člověk potřebu lásky – mít někoho rád a přijímat tento cit od druhého, případně potřebu uznání, vážnosti a užitečnosti. Všechny tyto potřeby zahrnuje potřeba sociálního kontaktu – osobní blízkosti,

⁵⁰ Opatrný, Teorie a praxe... 49

⁵¹ Opatrný, Teorie a praxe... 49

⁵² Opatrný, Teorie a praxe... 50

v rámci které se mohou všechny jmenované potřeby naplňovat. Blízkou osobou může být nejen vrstevník seniora, rodinný příslušník, nebo pracovník pomáhajících profesí, ale: „...pro explicitně křesťansky věřícího člověka však může být blízkou osobou i sám Bůh.“⁵³

4. *Potřeba smíření s blízkými*

Další důležitou potřebou na konci života je potřeba odpuštění a smíření se svými blízkými. „Jedná se o důležitý krok pro obě strany – starý člověk má potřebu opustit pozemský život v klidu a pokoji ‚s čistým štítem,‘ pozůstalí se tak mohou vyhnout pocitům viny a výčitkám svědomí, jež může způsobit patologické prožívání úmrtí blízkého člověka.“⁵⁴ Někdy může k vzájemnému odpuštění a smíření chybět odvaha, tu může dodat sociální pracovník, jako iniciátor setkání, nebo také jako zprostředkovatel duchovního rozhovoru. „...neboť také víra a naplnění spirituálních potřeb může harmonizovat vztahy seniora k jeho nejbližším – víra může prohlubovat porozumění pro vzájemné problémy a selhání a zvyšovat sociální hodnotu starého člověka pro jeho okolí.“⁵⁵

5. *Potřeba užitečnosti a předání zkušeností mladším generacím – potřeba zanechat zde odkaz*

Za celý svůj život senior nasbíral spoustu zkušeností, pozitivních i negativních. Je přirozené, že by je rád někomu předal. „Díky tomu mohou zakusit, že jejich život měl smysl, že jejich zkušenosti budou dále někomu užitečné, a tím zde po nich zůstane odkaz.“⁵⁶

⁵³ Opatrný, Teorie a praxe... 50

⁵⁴ Opatrný, Teorie a praxe... 50

⁵⁵ Opatrný, Teorie a praxe... 50

⁵⁶ Opatrný, Teorie a praxe... 50

Také můžeme vyzdvihnout potřebu užitečnosti, potřebu někomu sloužit a případně pomáhat. K naplnění potřeb většinou stačí i menší úkoly, díky nimž senior zakouší, že je potřebný, že jeho život má stále nějaký smysl. Nápomocní zde mohou být zejména dobrovolníci, kteří mohou být společníky pro tyto rozhovory a přijímat tak zkušenosti seniorů.

6. *Potřeba zajištění svátostí či společné modlitby*

Potřebu přijetí svátostí a společné modlitby mají zejména senioři, kteří jsou součástí nějaké církve. „Zajištění těchto spirituálních potřeb není výlučně svázáno s koncem života, ale může napomoci otevřít a poodhalit téma smrti, které často bývá tabu. Na druhou stranu se však jedná o téma, jehož diskuse může být pro seniora důležitá, pouze někdy nenachází odvahu o takovou službu požádat, neboť se povětšinou domnívají, že jde o službu pro umírající. Též ošetřující personál se většinou ze stejného důvodu neodvažuje tuto službu navrhnout.“⁵⁷ Dobrá praxe je, když je nabídka na přijetí svátostí, společné modlitby, osobních rozhovorů zajištěna pravidelně. Nejčastěji bývá nabízena ze strany duchovních nebo pastoračních asistentů.

4.4 Význam víry dle Vágnerové

Ani Vágnerová nezapomíná na význam spirituální dimenze člověka. Vnímá ji jako součást lidského bytí. Její pomoc vidí při hledání smyslu života a při strukturování jednotlivých fází života. Zaměřuje se konkrétně na význam víry v životě seniora. Víra, která nabývá konkrétní podoby v rámci konfesní příslušnosti, má tyto projevy:⁵⁸

- stabilizuje hodnotový systém

⁵⁷ Opatrný, *Teorie a praxe...* 51

⁵⁸ Vágnerová, 428

- dává jistotu určitého řádu
- poskytuje návod, jak zvládat různé zátěže
- je oporou a rámcem pro interpretaci významu životních zkušeností
- je základem sebehodnocení
- přispívá k vyrovnanému postoji k vlastnímu stáří a s ním spojených problémů

Víra seniorovi přináší velkou naději: „Ve stáří, kdy se mnohé životní hodnoty ztrácejí, je jistota Boží existence důležitá, protože je jistotou zakotvení, které není vázáno jen na dobu tělesného života... Duchovní orientace umožňuje prožít přesah sebe sama, resp. přesah jedné formy existence.“⁵⁹ Jak dále píše Vágnerová, zážitek Boha a prožívání víry umožňuje člověku celkové uvolnění, pocit úlevy, je oporou v zátěži, v bezmocnosti, osamělosti. V době, kdy dochází k úbytku kompetencí a zvyšuje se riziko různých ztrát, je pro něj posilou vědomí jistoty Božího vedení. Pomáhá mu zvládnout tíživou situaci. Poskytuje pocit bezpečí. Dává i nepříznivým životním situacím nějaký význam, ponechává naději ve smysluplné vyústění situace. „Umožňuje chápat a přijímat i ztráty jako projev Boží vůle, které mohou mít vyšší smysl.“⁶⁰

Pro seniory je velice důležitá nejen jejich víra, přinášející duchovní hodnoty přesahující jejich současný život, ale i funkce církevního společenství, do kterého patří. Toto společenství nabízí seniorům duchovní oporu. Návštěva bohoslužeb, biblických hodin apod. přináší nové podměty, smysluplné naplnění času a také poskytuje určitou sociální roli, kterou stáří neznehodnocuje. „Spirituální sounáležitost s ostatními farníky má trochu jiný

⁵⁹ Vágnerová, 428

⁶⁰ Vágnerová, 428

charakter než běžný kontakt, tento vztah je užší a privilegovanější. ‚Bratři a sestry‘ si jsou vzájemně bližšími právě sdílením této zkušenosti.“⁶¹

4.5 Duchovní opora seniora

Jaké mohou být konkrétní duchovní potřeby seniorů, jsem nastínila na předchozích stránkách. Zde se zaměřím na spirituální bolesti, které stárí provází. Nejprve se však budu věnovat podstatě duchovního doprovázení.

4.5.1 Jak být seniorům oporou?

Co to vlastně obnáší být oporou seniorovi v duchovní oblasti? Jak píše Smékal ve svém článku do časopisu Sociální práce, duchovní opora je ještě daleko náročnější a také ještě méně propracovaná než opora psychosociální. Jde o vytváření takových podmínek v prostředí a v jednání pečujících lidí, které pomáhají najít nebo obnovit smysl života, zaujmout postoj k neodvratnému údělu a které poskytují jistotu, jakou dává v neznámém terénu zdatný průvodce. „Je to vytváření vědomí smyslu, vytváření ovzduší lásky typu agapé a vedení k moudrému nahlížení toho, co se děje v nás a kolem nás. Duchovní opora zahrnuje také reflexi (vyslechnutí a sdílení) toho, jak hojit duchovní rány změnou postoje k dávno minulým nebo nedávným událostem, které je způsobily, a jak je nahrazovat oživováním zážitků pohody a prospěšných smysluplných činů.“⁶²

Být duchovní oporou seniorům, znamená všimnout si všech oblastí člověka a reagovat na ně. „Z teologického hlediska je podstatné, aby se v rámci sociální práce seniori stávali subjekty, které vytvářejí kulturu, ve které žijí. Sociální práce v křesťanských organizacích i pastorech ve farnostech by proto měla:

1. Poskytovat čas a prostor pro sdílení.

⁶¹ Vágnerová, 428

⁶² Smékal, 56

2. Podporovat takové sociální vztahy, které různým způsobem dávají oporu, identitu a smysl.
3. Otevřít prostor pro dobrovolné angažmá seniorů, aby se tak odкрыla charismata stáří.
4. Nabízet symbolická jednání a interpretační modely (např. v rámci bohoslužeb), ze kterých vylpynou impulsy pro smysluplnou kultivaci stáří.⁶³

Myslím si, že těmito typy by se mohla inspirovat sociální práce nejen v křesťanských organizacích, ale všude, kde se pracovníci zajímají, čím se jejich senioři zabývají.

4.5.2 Duchovní bolesti seniora

S jakými duchovními bolestmi se senior může například potýkat? Podle Opatrného a Motlové je to například hrozba *ztráty osobních vztahů*. V důsledku nedostatku interakcí s blízkými se naruší nejen jeho sociální vazby seniora, ale i jeho duchovní život. „...protože senior nemá nikoho, ke komu by mohl budovat vztah, a také není nikdo, kým by mohl být osloven.“⁶⁴ Další oblastí jsou *spirituální bolesti vysloveně náboženského charakteru*. Souvisejí s pocity viny, například že udělal něco, co je v rámci jeho náboženství nepřijatelné, nebo že nejsou jeho potomci také věřícími.

Asi největším tématem je *strach ze smrti*. Jistota smrti člověka provází po celý život. Zvláště v období stáří pak přichází myšlenky na ni. Dle Pecky⁶⁵ můžeme ve smrti nalézt trojí rozcestí: svobody a nutnosti, naděje a zoufalství, společenství a samoty.

⁶³ Opatrný, Motlová in Martinek, 97

⁶⁴ Opatrný, Motlová in Martinek, 96

⁶⁵ Munzarová, 25

1. *Rozcestí svobody a nutnosti*

Smrt je přirozená a nutná, nelze ji odvrátit. Člověk je proti ní bezmocný. Nahání hrůzu proto, že duch člověka je otřesen představou, že by ho měl stihnout stejný konec jako tělo: rozklad a nicota. „Duch nevěří v takovou absurditu, vzpírá se jí a drama smrti je v tom, že duch nemá co činit s nutností.“⁶⁶

2. *Rozcestí naděje a zoufalství*

Pro člověka je smrt buď vstupem do naprosté nicoty, nebo pokračováním života. Je tedy spojena s představou zoufalství, nebo naopak s nikdy nekončící nadějí. Víra v nesmrtelnost však s sebou často přináší myšlenky na odpovědnost za své činy a strach z odplaty za provinění. Protože ale neexistují důkazy ani pro jednu z těchto možností, všichni jsou zatíženi určitou nejistotou a pochybnostmi. Pravda se člověku ukáže až v okamžiku smrti.

3. *Rozcestí společenství a samoty*

„Smrt je odluka od světa a přátel a každý zemře sám. Samota se člověku přičí a obava před věčnou samotou může být synonymem představy pekla. A proto v oblasti náboženské je idea nesmrtelnosti nutně spojena s ideou osobního Boha.“⁶⁷

Jak píše Opatrný a Motlová,⁶⁸ u některých seniorů se strach ze smrti objevit nemusí. Někteří totiž po smrti touží, vidí v ní definitivní ukončení svého trápení. „...touha po konci života stojí v úzké vazbě ke spirituální bolesti jako pocitu ztráty smyslu. Senior může v rámci bilancování svého života dojít k tomu, že neměl smysl... Ztráta smyslu může nastat i tehdy,

⁶⁶ Munzarová, 25

⁶⁷ Munzarová, 25

⁶⁸ Opatrný, Motlová 96

když má senior pocit, že je svým příbuzným na obtíž.⁶⁹ Naopak senioři, kteří dojdou k závěru, že jejich život smysl měl a považují ho již za naplněný a dokončený, touží po smrti jako po okamžiku dovršení svého života.

Myšlenkou vyrovnání se se svou konečností, se zabývá ve své podstatě i paliativní péče. Je to aktivní péče poskytovaná pacientovi, který trpí nevléčitelnou chorobou v pokročilém nebo konečném stádiu. Základním předpokladem této péče je celostní pojetí člověka. „Cílem paliativní péče je zmírnit bolest a další tělesná a duševní strádání a udržet co nejvyšší kvalitu života.“⁷⁰ Inspirací k zamyšlení, jak přistupovat k umírajícímu pacientovi respektive k seniorovi, nám mohou být následující pravidla od Kesslera, které uvedl Student ve své knize Sociální práce v hospici a paliativní péče⁷¹ jako Práva umírajících:

1. Právo na zacházení jako s živým člověkem a na zachování pocitu naděje – jakkoli může být subjektivní.
2. Právo vyjadřovat myšlenky a pocity k tématu smrti po svém.
3. Právo podílet se na všech rozhodnutích, týkajících se vlastní péče.
4. Právo na péči ze strany soucitných, citlivých a kompetentních lidí, kteří se snaží porozumět potřebám nemocného.
5. Právo na porozumění procesu smrti a na obdržení upřímných a úplných odpovědí na všechny otázky.
6. Právo na hledání útěchy v duchovních otázkách.
7. Právo na stav bez tělesných bolestí.

⁶⁹ Opatrný, Motlová 96

⁷⁰ Sláma, Vorlíček, 25

⁷¹ Kessler in Student, 38

8. Právo zemřít pokojně a důstojně.
9. Právo zemřít osamoceně.
10. Právo na respektování nedotknutelnosti těla po smrti.

Velice se mi líbí, jak paliativní péče dbá na jedinečnost člověka. Ze své dosavadní praxe v hospicích, jsem poznala, že je tato idea v praxi opravdu naplňována. Bylo by přínosné, kdyby se tento přístup více praktikoval i v domovech pro seniory a v podobných zařízeních, alespoň tak jako v hospicích.

4.5.3 List papeže Jana Pavla II. starým lidem

Stáří s sebou přináší spoustu těžkostí, se kterými se musí člověk vyrovnat. Zajímavé náměty, jak prožívat útrapy stáří můžeme najít v Listě papeže Jana Pavla II. starým lidem. Celý list je protkán porozuměním k bolestem stáří, nadějí a povzbuzením do každodenních bojů. „Soužení a trápení jsou v životě každého bohužel zastoupeny v hojné míře. Někdy jde o problémy a utrpení, které vystavují tvrdé zkoušky psychofyzickou odolnost a otrásají možná i samotnou vírou. Zkušenost však učí, že často právě každodenní utrpení přispívají, s milostí Boží, k vyhrávaní člověka a zocelují jeho charakter.“⁷² Jan Pavel II. nabádá k pozitivnímu pohledu na stáří: „...také stáří má svá bohatství, protože – jak poznamenává svatý Jeroným – tím, že zmírnilo naléhavost vášní, prohlubuje moudrost a dává zralejší rady. V jistém smyslu je to výsadní období oné moudrosti, která je obvykle plodem zkušenosti, protože čas je velký učitel.“⁷³ A dále píše: „Stáří lidé napomáhají tomu, že se na pozemské události hledí s větší moudrostí, protože to, co prožili, je naplnilo jistou zkušeností a zralostí. Jsou strážci kolektivní paměti a tedy výsadní vykladaatelé souhrnu ideálů a obecných hodnot, které řídí a vedou společenské soužití.“⁷⁴ Vyloučení

⁷² Jan Pavel II., čl. 2

⁷³ Jan Pavel II., čl. 5

⁷⁴ Jan Pavel II., čl. 10

seniorů by znamenalo odmítnout minulost, ve které jsou zasazeny kořeny přítomnosti a bránit se mezigenerační závislosti. „Aspekty lidské křehkosti, které jsou viditelným způsobem spojeny se stářím, se tak stávají výzvou ke vzájemné závislosti a nezbytné solidaritě, která spojuje generace mezi sebou, neboť každý člověk potřebuje druhého a obohacuje se dary a charismaty všech.“⁷⁵ Papež nabádá k vlídnému přístupu k seniorům: „Mít v úctě staré lidi zahrnuje trojí povinnost vůči nim: přijetí, péči o ně, ocenění jejich schopností.“⁷⁶ Je třeba, aby staří lidé cítili, že jsou navzdory ubývání sil živou součástí společnosti.

⁷⁵ Jan Pavel II., čl. 10

⁷⁶ Jan Pavel II., čl. 12

5. Metodologie

5.1 Cíl výzkumu

Cílem mého výzkumu je získat praktické poznatky z oblasti duchovních potřeb seniorů. Konkrétně mě zajímá, zda pracovníci domova pro seniory reagují na duchovní potřeby uživatelů. Z rozhovorů se seniory získám informace o jejich duchovních potřebách, které budu konfrontovat s odpověďmi pracovníků domova.

Při formulování otázek jsem vycházela z poznatků, které jsem získala během psaní teoretické části bakalářské práce.

5.2 Metoda získávání dat

Jako výzkumnou strategii jsem zvolila kvalitativní výzkum. Podle Strausse⁷⁷ je kvalitativní výzkum jakýkoliv výzkum, jehož výsledků se nedosahuje pomocí statistických procedur nebo jiných způsobů kvantifikace. „Může to být výzkum týkající se života lidí, příběhů, chování, ale také chodu organizací, společenských hnutí nebo vzájemných vztahů.“⁷⁸ Nejčastější metody získávání dat jsou rozhovor a pozorování.

Pro svůj výzkum jsem jako techniku sběru dat zvolila metodu rozhovoru. Jedná o polostrukturovaný rozhovor, vyznačující se tím, že má tazatel předem připravené schéma, respektive otázky k rozhovoru. „Při polostrukturovaném interview je vhodné použít následné inquiry, tedy upřesnění a vysvětlení odpovědi účastníka. Znamená to, že si necháme například vysvětlit, jak danou věc myslí. Ověříme si, že jsme ji správně pochopili a interpretovali, klademe

⁷⁷ Strauss, 10

⁷⁸ Strauss, 10

různé doplňující otázky a téma rozpracováváme do hloubky, do jaké je to užitečné vzhledem k cílům a definovaným výzkumným otázkám.“⁷⁹

Polostrukturovaný rozhovor jsem si vybrala proto, že mi umožňuje přidršet se určité struktury při dotazování a zároveň reagovat na odpovědi respondentů. Při následné analýze jsou data také snadněji zpracovatelná.

5.3 Výběr účastníků výzkumu

Výzkumnou jednotkou jsou pracovníci v domově pro seniory. Tento domov se nachází v okrajové části města Brna. Zřizovatelem je Naděje o. s. Kapacita domu je třicet jeden uživatel. V přímé péči s klienty pracuje čtrnáct pracovníků - šest zdravotních sester, devět pracovníků v sociálních službách a jedna sociální pracovnice.

Pro tento výzkum jsem vybrala tři pracovníky a tři seniory. Při výběru respondentů jsem měla dvě kritéria. Jednak jsem o rozhovor žádala ty, se kterými jsem navázala bližší kontakt během dlouhodobé praxe, kterou jsem v domově vykonávala. Důvodem bylo citlivé téma duchovních potřeb, o kterém jsem chtěla se seniory mluvit. Druhým kritériem bylo oslovit respondenty co možná nejrůznějšího názoru na duchovní složku člověka. Proto jsem se snažila oslovit příslušníky nějaké církve, ale i ty, kteří se k církvi nehlásí.

Všechny potenciální účastníky výzkumu jsem před vlastním rozhovorem osobně oslovila a obeznámila jsem je s tématem a účelem rozhovoru. Také jsem je ujistila o anonymitě. Všichni respondenti souhlasili s nahráváním rozhovoru na mp3 zařízení.

⁷⁹ Miovský, 160

5.4 Omezení výzkumu

Nevýhody polostrukturovaného rozhovoru Miovský spatřuje v možnosti: „...že tazatel neudrží závaznou strukturu a doplňujícími otázkami bude zbytečně tříštit konzistenci odpovědi účastníka, případně bude získávat data, která nejsou relevantní cílům výzkumu a výzkumným otázkám.“⁸⁰ Toto omezení výzkumu mohu potvrdit. Měla jsem sice předem připravené otázky, které mi vytvářely určitou strukturu rozhovoru. Ale zejména při rozhovorech se seniory se často stávalo, že se nedrželi tématu a často se rozhovořili o vzpomínkách a zážitcích z minulosti. V takové situaci jsem je nechala vypovídat a pak jsem se snažila hovor vrátit zpět k danému tématu.

Miovský také klade důraz na působení vnějšího prostředí na respondenta, na chování a vzezření tazatele a způsob kladení otázek. Uvědomuji si, že toto omezení výzkumu je velké. Mým cílem bylo minimalizovat ho dle této rady: „...zde se jako smysluplnější a účelnější jeví klást důraz spíše na přirozený, autentický projev tazatele a nežádoucí vliv vnějších projevů eliminovat spíše utlumením příliš výrazných podmětů (jako je příliš extravagantní nebo se do daného prostředí nehodící oblečení, extravagantní účes, příliš vyzývavé oblečení atd.)“⁸¹ Domnívám se, že se mi při rozhovorech podařila vytvořit příjemná atmosféra a vzájemná důvěra především díky tomu, že jsem všechny respondenty znala osobně.

Výzkum je omezen nízkým počtem respondentů a také tím, že jsou respondenti vybráni pouze z jednoho domova pro seniory. Z těchto důvodů se jedná spíše o sondu do problematiky duchovních potřeb seniorů.

⁸⁰ Miovský, 160

⁸¹ Miovský, 160

5.6 Hlavní a dílčí výzkumné otázky

Hlavní výzkumná otázka:

Jak reagují pracovníci domova pro seniory na duchovní potřeby seniorů?

Dílčí výzkumné otázky:

1. Jak je přijímán celostní přístup k člověku?
2. Jaké jsou konkrétní duchovní potřeby seniorů?
3. Jak komunikovat o duchovních otázkách?
4. Jak být seniorům duchovní oporou?

5.7 Analýza rozhovorů

Analýzu rozhovorů jsem rozdělila do čtyř kapitol, v každé se věnuji jedné z dílčích výzkumných otázek. Mým cílem bylo výpovědi seniorů a pracovníků analyzovat, interpretovat a následně srovnat zda se jejich názory shodují, či rozcházejí.

Jednotlivé respondenty označuji jako seniorka č. 1, senior č. 2, seniorka č. 3, pracovnice č. 1, pracovnice č. 2 a farářka. Paní farářku necituji jako pracovnici č. 3, protože má v organizaci jiné postavení než pracovnice č. 1 a pracovnice č. 2. Často také měla naprosto opačný názor, než zbývající dvě pracovnice. Myslím, že by bylo škoda, kdyby různost pohledu na věc zanikla.

5.7.1 Celostní přístup k člověku

Na začátku rozhovorů mě zajímalo, co si respondenti myslí o celostním pojetí člověka. Konkrétně jsem se ptala, zda souhlasí s tím, že každý člověk má nejenom biologické, psychologické a sociální potřeby, ale i ty duchovní. Na

tuto otázku odpověděli všichni souhlasně. „Určitě ano. Jinak je to život naprosto okleštěný a chudý... o prožitky, o pocity a o všechnu takovou bohatší náplň. Zůstat jenom u toho najíst se a lehnout si, to je trochu málo.“⁸² Pracovnice č. 2 řekla: „Každý má potřebu v něco věřit. Každý prostě hledá něco, čeho by se chytil, zvláště když má nějaký problémy“

Když jsem se respondentů doptávala, co si představují pod pojmem duchovní potřeba, odpovědi byly různorodé. „Člověk se neobejde bez hudby, bez literatury, bez beletrie, bez veršů. A nakonec sem patří i další zabezpečení, třeba i církve, kdo je věřící. Já v církvi organizován nejsem, protože já jsem chtěl dělat kantořinu, tak jsem se k tomu nemohl veřejně hlásit. ...žádný člověk když tvrdí, že je úplněj ateista, tak věří v nějakou přírodu. ...všechno, co se tady děje, má nějaké zákonitosti, nějaké důvody, příčiny, takže tady musí být nějaká síla, ať tomu říkáte jakkoli. ...působí i maličkosti: krása přírody, když vysvitne sluníčko, no a jako přírodovědec obdivuju zázraky přírody... Já mám rád všechno umění, mám rád veselé lidi kolem sebe. Takovej životní optimismus. Ale i to, když jsem to měl hodně těžké, doktoři mě nechtěli operovat, mám slabé srdce, tak takové životní krédo: musím vydržet, musím přečkat. A vždycky jsem se snažil – to je taky moje krédo: pomáhat druhým!“⁸³

Seniorka č. 3 odpověděla na otázku takto: „... jako já vcelku nechodím ani do kostela, ale že se občas zamyslím, nad životem a nad tím vším. Tak to já jako považuju za duševní hodnoty. ...abych pravdu řekla, já si nejsem jistá sama, jestli su věřící, nebo nevěřící. Mě se určitý věci, nebo víc věcí na církvi nelíbí.“ S podobným názorem jsem se setkala i u dalších respondentů. „Že tady musí něco být. Je to tak složité (příroda, svět)... Nesmí být člověk dogmatik, aby to bral - je to tak, že to Pán Bůh stvořil za šest dní. Musí se to

⁸² Seniorka č. 1

⁸³ Senior č. 2

brát z širšího pojetí. Víte, já nesnesu, když je někdo fanatic – církevní, politické, národnostní.“⁸⁴

Také pracovnice č. 1 církev neuznává: „...nemám ráda církev. Jsem proti církvi. Ale jinak v křesťanství, v Boha věřím – ale bez církve, bez kostelů, bez farářů, bez biskupa a takových těch figurek...“ A co konkrétně pro ni víra znamená? „Takový to morální chování, takovej ten strach z něčeho, co by mohlo přijít, kdybych byla nějaký vrah nebo něco.“ Jiné pojetí víry má seniorka č. 1, které je členkou Českobratrské církve evangelické. Zeptala jsem se jí, co pro ni znamená věřit? „Takový určitý zakotvení. Že člověk má určitou jistotu, že něco je prostě nad tím hmotným světem a že to všechno je nějak řízeno, ať se tomu říká jakkoliv, tak něco co člověka přesahuje - jeho myšlení a jeho možnost pochopení.“ Později v rozhovoru, jsme spolu mluvili o různých životních těžkostech. Zajímalo mě, jaký význam pro ni osobně víra má, zda jí v těch těžkých údobích nějak pomáhá? „Určitě! Protože pak s odstupem času se vždycky nějak objeví, že nic nebylo jen tak a že všechno mělo nějaký smysl a že jedno do druhého nějak zapadá.“ Pro faráčku církve Československé husitské víra znamená především žít podle příkladu Ježíše Krista a to i v době životních zkoušek. „Každý si myslí, že když věří, bude mít ten život jednodušší, ale to není vůbec pravda. Křesťan i nekřesťan prochází životním údobím a na těch cestách života ho potkávají různá úskalí. A prožívá svůj život... Ale ta víra pomáhá nadnášet, pomáhá překlenout.“⁸⁵

Odpověď na první dílčí výzkumnou otázku: Jak je přijímán celostní přístup k člověku?

Všichni respondenti souhlasili s celostním pojetím člověka. Pracovníci domova si jsou vědomi existence duchovní složky osobnosti seniora.

⁸⁴ Senior č. 2

⁸⁵ faráčka

Pod pojmem duchovní potřeba si každý představil něco jiného. Ti, kdo věří v Boha, víru chápou jako jistotu, určité životní zakotvení, jako něco, co člověka přesahuje a v těžkostech nadnáší. Nevěřící v souvislosti se spirituálními potřebami hovořili o umění, o kráse přírody, o životním optimismu. Církev pak vnímali spíše negativně, nebo jako nositelku morálních hodnot.

5.7.2 Konkrétní duchovní potřeby seniorů

V další části rozhovoru, jsem s pracovníky a seniory mluvila o důležitosti vztahů ve stáří, o smyslu života a o smrti. Po prostudování odborné literatury zabývající se duchovními potřebami, jsem vnímala tyto tři oblasti jako ty, o kterých senioři nejvíce přemýšlí.

1. Smysl života

Nejprve mě zajímalo, co je pro seniory v životě nejdůležitější. Často se v odpovědích opakovaly dvě věci: zdraví a rodina. Seniorka č. 3 hodně mluvila o tom, jak je pro ni důležité zdraví. A na otázku po smyslu svého života uvedla: *„No tak smyslem bylo zdárně vychovat dceru. To byl můj hlavní smysl života. To se mi podařilo, měla jsem z ní jenom radost!“* Máte ještě teď nějaký smysl života? *„Já mám smysl, abych byla víc zdravá, abych ju (dceru) nemusela tolik zatěžovat, pořád vozit po doktorech. Někdy už říkala: ‚mami já žiju tvůj život a né svůj.‘ Jo. A hlavně je to přes to zdraví. Kdybych byla zdravá, tak bych měla větší příjem. Ale když člověk není zdravej a špatně chodí. A když někam potřebuje jít a teď tam nedojdete. Tak říkám generálně to zdraví a pro ňu i celou její rodinu. Ona je teda zdravá, ale aby to bylo i nadále.“* Pro seniorku č. 1 bylo a je v životě důležité toto: *„Práce, která člověka naplňuje, dobré partnerské vztahy, zdraví, šikovné děti. A teď už docela obyčejný přání*

mít střechu nad hlavou a zájem od svých blízkých, i když jsou třeba daleko“ A jaký má životní cíl senior č. 2? „V klidu a pohodě dožít a prožít to tak trochu. Já přemýšlím, uvažuji o všem. Tak abych nezapomněl číst. Poslouchám hudbu, pokud je to možný. Abych se zúčastnil těch bohoslužeb, toho programu. Dost mě to drží, že luštím ty křížovky... Snažím se zapomenout na to špatné a snažím se vybavit jen to dobré. To je moje životní krédo ten životní optimismus. Ale moc se mně to nedaří, vždycky je to složité... Su ze staré školy, a voni dneska jsou jiný názory na všechno.“

Také jsem se seniorů ptala na to, zda jsou spokojeni se svým životem. „Já jsem spokojen. Vzpomínám na to hezké. Když nemůžu v noci někdy spát, když už prášky nepůsobí... tak se mi to vybavuje, vybavuje se mi toho spousta... ti, co už odešli, i moji žáci, mladší kolegové, sousedi. Já jsem nikdy nevěřil, že se dožiju takového vysokého věku. Já jsem se vždycky cítil velice mladý, celý život jsem byl mezi mladými, nechtěl jsem si to připustit.“⁸⁶ I seniorka č. 1 je se svým životem spokojená i přes všechno prožité trápení: „No, bylo hodně těžkých zkoušek, ale to nemyslím ve vztazích, ale člověka potkávají nemoci a neštěstí všelijaký, ale s tím je nutno se časem vyrovnat a myslím si, že přesto všechno, že těch tragických okamžiků, nebo údobí bylo dost, tak přesto všechno můžu říct, že jsem žila život bohatý.“ Za to seniorka č. 3 hovořila o nespravedlnosti: „Mohl by být lepší, protože já jsem přišla o manžela... když jsme spolu žili, byla jsem velice spokojená, ale on umřel mladej, bylo mu 53 let, ani si to od života nezasloužil! A právě tehdy jsem moc přemýšlela, proč takoví lumpi, vožrali a jiní lidi, kteří dělají zlo druhým lidem, proč se dožívají vysokého věku. A proč můj muž, kterej byl na úrovni, nikomu neublížil, spíš ještě některým lidem pomáhal. Tak já jsem začala přemýšlet o existenci toho

⁸⁶ Senior č. 2

vrchu.“ A k čemu jste došla? „*Že je to nespravedlivý... Ano, já tvrdím jednu věc, že mnoho věcí je na světě nespravedlivý. To je moje krédo!*“⁸⁷

Pracovníků domova jsem se ptala, zda senioři s nimi mluví o životě, co je smyslem jejich života, co považují za důležité a celkově, zda pozorují u seniorů potřebu hodnotit svůj život. Pracovnice č. 1 potvrdila, že senioři často mluví o svém životě.: „*Určitě jo! Tady se všichni vrací, co bylo kdysi, ale spíš člověk slyší jen ty nářky. Jak jim bylo bezvadně, jak to bylo dobré, když byli mladý a že je nic nebolelo. A člověk teď slyší, jak je to strašný. Jak je to stáří hrozný a nic pozitivního – to tady neuslyšíte, že by někdo řekl tak fajn, jsem prožil pěkný život, teď komu hold je to tak - to ne!*“ Tato pracovnice během celého rozhovoru vícekrát opakovala, že bohužel mnoho pozitivního od seniorů nevychází a že si často stěžují. I pracovnice č. 2 mluvila o tom, jak jsou senioři mnohdy nepříjemní a někteří o svých životních trápeních ani nechtějí mluvit. „*Někdo mně třeba nechce ani říct, co dělal. Když jsem se třeba ptala na povolání, na školu, odkud jsou, na děti... --- vůbec...jako co mě je po tom! A pak jsou tady druzí, co vykládají, třeba až moc. Že pak každý den mě chtějí něco sdělit z toho svého života. Takže spíš vzpomínají, vykládají, co zažili.*“ A co je pro ně důležité? „*Teď většinou rodina, protože na ně rodina kašle většinou. Na ně vzpomínají a jenom říkají, děcka jsou teď v Praze a teď jsou děcka tam na dovolené. A nepřijdou za nima!*“ A ještě něco? „*Intriky tady – pomlouvají se – to je zajímavá! To je jejich náplní. Hlavně teď v únoru, kdy nebyli tři měsíce venku, tak jsou všichni napruzení i na ten život. Hrozný! ...když se jich na něco zeptám, tak jen štěknu a odpovídají tak stroze. A nic se jim nechce dělat. Proč to budem dělat? To je blbost! Nechte mě! ...teďka smysl života je nulovej.*“ Je zajímavé, že paní farářka má o něco pozitivnější zkušenosti: „*Já myslím na člověka, který je ještě zachovalý a přemýšlí, tak hodně přemýšlí o svém životě.*

⁸⁷ Seniorka č. 3

Proto ti stařečkové vzpomínají a na to své mládí, na to své dětství, oni ví přesně.... Vzpomínají na války, koncentrační tábory, vzpomínají na to, co prožili. A je zajímavý, že až tak nereptají, že až tak nenařikají, že to přijmuli do toho svého života a zahrnuli to, že to byl jejich kus života.“

Životní zkušenosti

V odborné literatuře se často uvádí, že senioři mají potřebu předávat své životní zkušenosti. Zajímalo mě, jaký názor na to mají mnou oslovení senioři. „*No to bylo moje životní krédo, to předávat dál. Ale víte, teď už jsem toho hodně zapomněl... No, tak předávat? Rád si o tom povykládám, nechci nikomu vnucovat své názory. Každý ať si dělá, co chce, hlavně ať je slušný člověk. Každý ať si věří, v co chce, je v kterékoliv straně, protože všude jsou slušní lidi a všude jsou darebáci. Naštěstí těch darebáků je málo. ... člověk si musí udržet taji toto, že se možná mnohé zase časem spraví.*“⁸⁸ Seniorka č. 1 a seniorka č. 3 v předávání zkušeností nevidí vyloženě nějaký svůj smysl. Na přímou otázku, zda má chuť, zkušenosti předávat dál, seniorka č. 3 odpověděla: „*Jo, něco jsem předávala dceři. Ale ona je tak inteligentní, že já su spíš romantik. Takže ona spíš bere všechno jako věci. To má po manželovi, takže si na spoustu věcí přišla sama... Ona je bystrá. Takže vona ty určitý věci poznala snadněji než já, která jsem bývala důvěřivá. Takže moc věřit je špatný.*“

Setkávají se pracovníci s potřebou seniorů předávat svoje životní zkušenosti? „*Když mají návštěvy, tak my jim tady u toho nejsme. A když takhle s nima komunikujem, tak ani nemaj tu potřebu něco sdělovat takhle.*“⁸⁹ Další pracovníce si však o životních zkušenostech se seniory někdy povídá. „*Ti co něco zažili, tak určitě. Ty paní, co jsem říkala, ty určitě ano. Ale někteří nemají*

⁸⁸ Senior č. 2

⁸⁹ Pracovnice č. 1

co. Co jsem si tak všimla... Takže určitě někdo mě ze svého života něco dává, ale někteří vůbec nic, někteří žili absolutně nudnej život, co tak sleduju. Ale to je taky tím, že je teď jiná doba, že neměli studia, nemohli cestovat atak.“

Z odpovědí seniorů i pracovníků mi vyplynulo, že potřeba předávat své zkušenosti dál není vnímána jako aktuální. Ale pokud se zamyslím nad celkovým vyzněním rozhovorů, tak se přikláním k opačnému výsledku. I ze svých zkušeností z práce se seniory vím, že senioři chtějí o svém životě, o svých zážitcích a zkušenostech hovořit. Potřebují k tomu však určité podmínky jako je například vhodná příležitost, chuť něco sdělovat a sympatický posluchač, který má zájem naslouchat. Osobně si myslím, že každý senior, se kterým se setkám, mi může něco předat. Líbí se mi přístup k seniorům paní farářky: *„...vždycky, když přistupuji k člověku tak si říkám, tak něco krásného chci v tom člověku objevit.“*

2. Vztahy

Oblast vztahů je pro každého člověka důležitá. V době stáří tato důležitost snad ještě vzrůstá. Se seniory jsem hodně mluvila o vztahu k jejich rodině. *„Bez rodiny bych se cítila strašně zbytečná. A jenom práce, kterou jsem dělala, sice velice ráda, ale jenom ta práce, by mně nestačila.“*⁹⁰ I seniorka č. 3 považuje rodinu společně se zdravím jako svoje nejdůležitější priority: *„Moje životní krédo: ty nohy, a aby byla rodina pořádku. Protože jsem s nima tak úzce spjatá, protože je hrozně miluju. To se těžko říká. To se ani nedá říct, to se musí cítit, jo?“* Senior č. 2, který zůstal po celý život svobodný a věnoval se především své práci, považuje za nejdůležitější vztah k sestře a její dceři.: *„Vytvořily se tak pevné vztahy rodinné. Já je mám obě moc rád, jenom*

⁹⁰ Seniorka č. 1

Iduška⁹¹ je z jiné školy, ona je bohémka... “ Mezigenerační rozdíly se mnohdy postarají o neshody. Co považují senioři ve vztazích za podstatné? „Abychom si rozuměli. Ale já třeba někdy mlčím. Třeba nesouhlasím s názorem mého zetě, ale nechcu mít žádný rozmišky, tak něco naznačím, a když vidím, že on s tím nesouhlasí, tak to nerozvádím dál. Protože on je mladej, když jsem byla já mladá, tak jsem měla jiný názor. Nechcu žádný rozbroje!“⁹² Seniorka č. 1 mluvila především o tom, co je důležité v partnerských vztazích: „Nesmí dojít k tomu, aby si jeden druhého přestal vážit, tam musí být ten vztah opravdový. Né, že by byl založený na nějakým chvilkovým rozmaru, musí být opravdu hluboký, bez ohledu na to, co z toho budu, nebo nebudu mít.“

Že je pro seniory rodina hodně důležitá, ví i pracovníci, se kterými jsem vedla rozhovory. Bohužel ale často rodinné vztahy nejsou ideální. „Ty vztahy určitě jsou důležitý, myslím, že vždycky na nich jde poznat, že tak vždycky pookřejí (když mají návštěvu, nebo jdou na víkend domů), nebo naopak jsou úplně smutní, že jim někdo něco vzal, prodal, v tomhlectom to tak je... Ale pak jsou tady ti, co se domů těší aspoň na tu chvíli a berou to optimisticky, co by doma děckám dělali starosti, radši budem tady, vždyť tady je o nás postaráno. ...v každé rodině to probíhá jinak“⁹³ Pracovnice č. 2 mluvila o tom, že vztahy jsou mnohdy zatížené vzájemným nepochopením a provází je nesmyslné projevy sounáležitosti. „Určitě by chtěli být tady ještě platný. Jako že tady nejsou tak zbytečně, a když přijede ta rodina, tak oni maj potřebu jim furt něco dávat. Oni jim třeba schovaj oběd, nebo od svačiny něco... Tak určitě ta rodina je pro ně to nejdůležitější, i když kolikrát to je tak, že je sem ta rodina šoupne a pak jim sem donesou akorát spoustu jídla, který jim dají do ledničky a my jim to potom vyhážem - oni to nejsou schopni sněst. Já mám kolikrát pocit, že si to

⁹¹ Pozn. jméno změněno.

⁹² Seniorka č. 3

⁹³ Pracovnice č. 1

rodina takhle léčí to svoje vědomí, že si sem dali maminku, že jim něco donesou a tím to hasne.“

Jak zmiňovali i samotní senioři, vztahy v rodině provází mnohá nedorozumění a zranění. Zajímalo mě, zda senioři někdy mluví o smíření a odpuštění. *„Já jsem toto nezaznamenala, kolikrát jsou zatrpklí. A zvláště tady jedna paní ta je hodně vůči rodině, protože oni za ní opravdu nepřijdou. Ta je hodně, hodně zahořklá a dává to dost najevo i té spolubydlící, co je tam s ní. A ona je naštvaná, že paní má návštěvy a ona je nemá. A dává jí to docela sežrat. Mě přijde, že někteří jsou dost zatrpklí!“*

V domově žijí senioři mezi lidmi, to ale neznamená, že se nemohou cítit osaměle. Bohužel i z rozhovorů, které jsem v rámci výzkumu vedla, vyplynulo, že tomu tak často je. Pracovnice č. 2 na otázku: A myslíte, když jim to v rodině nefunguje, že se cítí někdy osaměle? I když jsou tu mezi lidma. Řekla: *„Tak určitě. Oni tu rodinu nemaj. Ta rodina je sem dala a oni se cítijou prostě na nic.“* I já vidím hlavní příčinu v nefungujících vztazích s rodinou. Někteří senioři jsou také nespokojeni s životem v domově pro seniory. Bylo by zajímavé věnovat samostatný výzkum hledání příčin této nespokojenosti.

A co mi konkrétně senioři odpověděli na otázku, zda se cítí někdy osaměle? Seniorska č. 1 uvedla: *„Kdybych o tom přemýšlela, tak třeba ano, ale vím, že každý má svoji rodinu, svoje zaměstnání. Vzdálenost je taky na překážku, nejde to, někdo tu má několikrát za týden návštěvu a – není to! A nemohla bych to ani chtít. Nešlo by to. A u nikoho nemůžu být, ani bych nechtěla, protože nikdo nemá podmínky a prakticky vzato bytové podmínky, aby tam někdo byl. A tady máme, veškerý zázemí, co se týče, obživy, obsluhy atd.“* I seniorska č. 3 se cítí osamělá *„Samozřejmě, že je mě smutno! Každý den, ale musím to překonat! Protože já, když jsem přijela z toho špitálu – ona (dcera) mě sem dovezla – tak říkala, mami sama doma nemůžeš být, aby sis uvařila a to a ono. Tak půjdeš na určitou dobu někam, kde tě ve všem obslouží. Tak jsem tady, že mě ve všem*

obslouží. A pak, budu-li chtít jít domů, což už si strašně moc přeju, pak to budu muset nějak zmáknout já. No uvidíme.“

3. Smrt

Jak mi v rozhovoru řekla paní farářka: *„Život i smrt jedno jsou a patří k sobě.“* Všichni pracovníci se shodli na tom, že určitým způsobem senioři o smrti mluví. A opravdu to mohu z rozhovorů potvrdit. *„Musíme to tak brát. Je to bohužel jediná velká spravedlnost. ... jenom mám strach z toho, aby nebyly... nějaké utrpení, toho se bojím. Nebo když to vidím tady kolem sebe, mnoho je jich tělesně postižení. Ale nejenom tělesně, ale i duševně. A jak si navymýšlí... ty sestry to nemají jednoduché. Já každého chápu, víte, ale když už tak si říkám, abych tak nedopadl... tady toto, až bude člověk muset odejít, aby to pokud možno- no aby to bylo i s úsměvem. Takže i toto brát, patří to k životu, no tak nic se nedá dělat, ten věk tady přijde, tak aby člověk nějak dožil jakžtakž trochu kulturně. A abych neměl nějaké velké bolesti.“*

I seniorky č. 1 jsem se zeptala, zda někdy o smrti přemýšlí? *„Vělice, vělice. Ovšem přemýšlení vždycky skončí velikým otazníkem, a řeknu si, jak to má být, tak to bude. Nebo-li takový nějaký smíření, protože proti narození a proti smrti se nedá nic dělat!“* Tak ani nemáte ze smrti strach? *„Tak jak to říkal Wolker. Znáte? „Smrti se nebojím, ve smrti nejsem sám, bojím se umírání.““* A ještě jedním Wolkerovým veršem seniorka č. 1 vyjádřila, jak o smrti uvažuje: *„Až odejdu, nic na tomto světě se nezmění, jen srdcí několik se zachvěje v rose, jak z rána květiny. ...opravdu, ten verš je krásný. Nic se nezmění...“*

Každý není se smrtí takto smířen. Seniorka č. 3 se myšlenkám na smrt brání. *„Nerada o tom mluvím, nerada o tom přemýšlím! Radši si pustím veselohru.“* A proč o tom nerada přemýšlíte? *„Protože to není nic veselého. Stáří není nic veselého. Provázijou vás hlavně nemoci... Tak když vím, že je to blbé, tak to zatlačuju dozadu, co budu o tom přemýšlet! Podívej se na nějaký hezký film!“*

Z odpovědí pracovnice č. 1 a pracovnice č. 2 vyvozují, že senioři o smrti s nimi sice mluví, ale že se s umíráním a smrtí mnohdy nevyrovnali. Pracovnice č. 1 doslova řekla: „*O smrti právě že skoro vůbec nemluví. Je to zvláštní, ale vůbec. Sem tam prohodí, že už to nemá smysl, že tak už brzo umřou, takhle něco, ale jako kdo a jak v které náladě.*“

I pracovnice č. 2 jsem se zeptala, zda s ní někdy senioři mluví o smrti a umírání? „*To jo, ale taky v negativním smyslu. Jako proč tu ještě máme být... To tu máme jednu paní, (má velké problémy se zažíváním)... že už tady nechce být a proč tu ještě je a ať už si ju raději ten nahoře vezme A to je potom těžký, co jim na to má člověk říct, oni to tak cítí. Ona se teď cítí, prostě blbě. A že už by tady nechtěla být a já už kolikrát nevím, co jim na to říct. Když jim to začnete vyvracet, tak oni si kolikrát stejně melou to svoje...*“ Jsou tu někteří, že by to utrpení přijali? „*Ne, já jsem tady ještě nikoho takhle nezažila, že by byl vyrovnanej!*“

S paní farářkou jsem mluvila o tom, zda se senioři smrti bojí a proč tomu tak je. „*Ano. Určitě. Protože to je lidský, uvědomí si, že ten život strašně rychleji utíká... čím je člověk starší, tím víc lpí na tom životě.*“ A dále mluvila o tom, že senioři se jí často ptají proč, mají ještě žít? Těmto lidem říká, že každý tu má od Boha určený čas, který má prožít. „*Nemůže člověk člověka nějak zkrátit na životě. Nemůže život podplatit, aby byl tady nějak dýl nebo kratší dobu, není to věc lidská ale Boží. Aspoň myslím tu přirozenou smrt.*“ A lidé prý toto vysvětlení povětšinou přijímají.

Odpověď na druhou výzkumnou otázku: Jaké jsou konkrétní duchovní potřeby seniorů?

Zdraví a rodina, to jsou pro seniory nejdůležitější hodnoty. Vztahy v rodinách seniorů často provází problémy, nedorozumění, neodpuštění.

Senioři se v domově pro seniory cítí osamělí. O smrti senioři přemýšlí. Často je provází strach z utrpení a ze závislosti na okolí. Pracovníci domova pro seniory vnímají konkrétních duchovní potřeby seniorů negativněji, než o nich mluví samotní senioři.

Na základě rozhovorů, za nejhlavnější duchovní potřeby seniorů považují: potřebu osobní blízkosti, potřebu smíření se se svým životem, se svými blízkými, se smrtí a umíráním.

5.7.3 Jak být seniorům duchovní oporou?

Pod touto dílčí otázkou se skrývá spousta potencionálních otázek. Zajímalo mě především, zda mají senioři zájem o duchovní literaturu a bohoslužby, o rozhovor na duchovní témata, zda mají dostatek soukromí k osobní modlitbě, rozjímání...

Duchovní literatura

Z pohledu pracovnice č. 1 a pracovnice č. 2 senioři o literaturu resp. o literaturu s duchovní tematikou zájem nejeví.

„Ne, čtou drbárny, a zamilovaný. Hlavně časopisy, harlekýnky, no a zamilovaný, to oni hodně. Nikoho jsem neviděla, že by měl třeba Bibli, no to vůbec!“⁹⁴ Obdobně odpověděla i pracovnice č. 1: *„O literaturu je zájem nulovej. Pár lidí jenom čte. A když jsem četla něco já, že budu číst, tak přestanou vnímat, nebaví je to. Špatně slyší, málo si pamatují. ...přímo o tu duchovní taky ne!“* Z odpovědí seniorů č. 2 a č. 3 můžu potvrdit tento nezájem o duchovní literaturu. Seniorka č. 1 je ale opačného názoru – čte velice ráda. Knihy jsou jejím věrným společníkem ve volných chvílích a zdrojem podnětů. *„Knihy čtu, čtu a čtu a poslouchám rádio – Český rozhlas 2 Praha, tam jsou*

⁹⁴ Pracovnice č. 2

kvalitní věci.“ I z pohledu paní farářky určitý zájem o duchovní literaturu je. „...starší lidé špatně vidí, tak něco pěkného jim přečíst, zamyslet se nad tím Slovem Božím, kdo věří ... popřípadě i výklad, aby mohl o tom přemýšlet.“

Bohoslužby

V rozhovorech jak senioři, tak pracovníci často zmiňovali bohoslužby. Pracovnice, která odpovídá za vytváření aktivizačních činností pro seniory, uvedla, že ze všech druhů aktivit mají největší účast právě na bohoslužbách. V tomto domově pro seniory jsou bohoslužby každý pátek. V jejich vedení se střídají zástupci tří církví. Paní farářka si váží tohoto ekumenického přístupu. *„Strašně se mně líbí, že se tady scházíme za tři církve ...tady je ta ekumena. Tvoříme tu jednotu. ...je to příklad i pro ty staroušky, že to jde, že to může jít. Že tu víru prožíváme, že to zakoušíme, že to tak funguje. Mělo by se to odrážet i v jejich vztazích.“* Senior č. 2 potvrzuje fakt, kterého jsem si během praxe všimla i já, že pro seniory není důležité, kdo z duchovních bohoslužbu vede. *„Takže já se přiznám, že chodím na všechno, protože všichni tři jsou moudří lidé.“* Pracovnice č. 2 však na seniorech nepozoruje, že by pro ně účast na bohoslužbě měla nějaký zvláštní význam. *„Berem je dolů, když bude ta mše, je jich strašně málo, kteří se hlásí k té víře. ... ty lidi to berou tak, jako že mají zaplněný program, než že by z toho žili.“*

Soukromí

Překvapilo mě, že na nedostatek soukromí si žádný ze seniorů nestěžoval. Přitom bydlí na pokoji po dvou, po třech lidech a z mého pohledu je pořád kolem nějaký ruch. Ti, co chtějí, si prostor k modlitbě, rozjímání, přemýšlení... najdou. *„Konkrétně na tomto pokoji, paní takhle celý den (spí). Však jste znala paní Horákovou⁹⁵, s ní jsme si popovídaly. No a od jara do podzimu*

⁹⁵ Jméno změněno.

*mám balkón. To je ohromná výhoda. Tam mám křeslo a stolek a knihy a adié.*⁹⁶ V tomto domově pro seniory sice není žádná kaple, ale místnost, kde se konají bohoslužby, senioři mohou využít i k osobní modlitbě. *„Aji co vím, tak se modlí u sebe na pokoji, anebo si sem přijdou sednout pod ten obraz Panny Marie.*⁹⁷

Rozhovory na duchovní témata

Osobně mě velice zajímalo, zda mají senioři potřebu o duchovních tématech mluvit. Nebo zda by chtěli o těchto věcech mluvit více, než mají nyní možnost. Pracovnice č. 1 a č. 2 prakticky shodně vypověděly, že s nimi senioři na tato témata nehovoří. *„Nezaznamenala jsem, že by někdo chtěl... bud' na to ani není čas, anebo pak na to ani není nálada, když do vás celej den hustijou, jak je to všechno špatný a to pak člověk na ně ani nemá náladu. To bude taky o tom! Že by si člověk za nima sedl a vykládal si o takových věcech. (to ne) Ale jako sami, že by chtěli oni?! ...oni nás mají tady totiž na to, abychom se o ně postarali – aby byli najezení, aby byli v čistém prostředí a tak. Oni si postěžujou, jak s rodinou, jak je to tady hrozný a tak. Zanádvají si. My je vyslechnem, ale jako tohle asi ani nečekají. ... možná, že to v nitru nějak berou, ale že to tak neprezentují.“* I z rozhovorů se seniory mi vyplynulo, že ani od pracovníků přímé péče neočekávají rozmluvy na duchovní témata. *„Byla tu sestřička Boženka⁹⁸, ta občas měla možnost, chvíli si vyšetřila, ale ta už je v důchodu. Ale ostatní? To by časově ani nezvládli a nejsou tu typy...“* Myslíte, že je to ani třeba nenapadne? *„Nebyl by zájem! Určitě ne. Jednu po druhé jak beru, tak mají dost své práce a tohle by bylo navíc. Ne. K tomu musí být člověk určitého ražení. To nejde mluvit o ničem. A dole paní účetní – s tou by to šlo, ale ta je natolik vytížená, že...“*

⁹⁶ Seniorka č. 1

⁹⁷ Pracovnice č. 1

⁹⁸ Jméno změněno

Jak z rozhovorů s pracovníky, tak i se seniory vyplynulo určité očekávání mluvit o duchovních tématech s duchovními, kteří do domova přichází. A zejména je zájem o osobní rozhovory. Některé seniory navštěvují kněží, rozhovory s nimi jsou velice oblíbeny. *„No, za mnou chodí, říkám mu můj pan farář. Je to staříčkový pán dva a devadesát let, ale velice čilý jak duševně i tělesně. A on chodí za mnou jako za jedinou evangeličkou tady. ... on za mnou chodí tak dvakrát do měsíce a půjčuje mně knížky.“*⁹⁹ I senior č. 2 rád pohovoří o věcech, které ho zajímají. *„No tak když za mnou přijdou bývalí studenti... tak s nimi si tak pohovořím o všem. A za Iduškou¹⁰⁰ tady chodí jeden farář katolický, velmi vzdělaný, vždycky sem přijde každé pondělí, tak se toho zúčastním, tak on má přehled a není opravdu žádný dogmatik a bere to tak jako uvažovat, přemýšlet. Tak si o tom vykládáme a můžete se ho na cokoli zeptat... On má široký přehled i přes politiku i přes kulturu, sleduje všechno to dění, tak to je pro mě vždycky svátek, že si tam tu chvíli povykládáme.“*

I paní farářky jsem se zeptala, jak být seniorům duchovní oporou z jejího pohledu. Zdůrazňovala především osobní rozhovor se seniory, který stojí na opravdovém zájmu o ně: *„Mluvit s nima, přijít za nima, navštívit je... Eventuelně dá se malý dárek. ...starší lidé špatně vidí, tak něco pěkného jim přečíst, zamyslet se nad tím slovem Božím, kdo věří... Výklad, aby mohl o tom přemýšlet. Takže udělat si tu vstřícnost k těm lidem, čas pro ten prostor s nima. Nedívat se na hodinky! Vstřícný, obyčejný, laskavý lidský přístup potřebují. A nejen za nima chodit a hovořit, ale jsou tu i ty bohoslužby.“*

Odpověď na třetí dílčí výzkumnou otázku: Jak být seniorům duchovní oporou?

⁹⁹ Seniorka č. 1

¹⁰⁰ Jméno změněno

Z rozhovorů je patrné, že zájem seniorů o duchovní literaturu je malý. Naopak bohoslužeb se účastní téměř všichni senioři z domova pro seniory. Zájem je také o osobní rozhovory na duchovní témata. Se seniory ale málokdy hovoří pracovníci přímé péče. Senioři se svěřjí spíše duchovním, kteří za nimi do domova přicházejí.

5.7.4 Jak komunikovat o duchovních tématech?

Spirituální oblast člověka je velice osobní a citlivá. Zajímalo mě, zda je třeba při komunikaci na duchovní témata dbát na nějaké speciální zásady. Paní farářka mi jich uvedla hned několik. *„Musím naslouchat. A nechat to i na nich, co mě chtějí sdílet. A to že se to odvíjí tak, že oni začnou od rodiny a od svých zkušeností, to je pořádku. Je třeba mít trochu té vlídnosti a vstřícnosti aby ten člověk mohl tu nitku odvíjet a dostat se tam, kam on potřebuje. ...snažím se být trpělivá, nechat toho člověka mluvit o tom, co teda srdce na jazyk přinese a potom se to může odvíjet podle toho k těm duchovním věcem. ...vy pochopíte, co ho bolí, co ho trápí, s čím se nemůže smířit a odtud se to všechno odvíjí dál.“* Ono je to stejně všechno propojené, že? *„Je, to se nedá striktně oddělit světský a duchovní záležitosti. ... že se bavíme, jestli věří, nevěří? Co pro to dělá? A obyčejně lidé říkají, my se pomodlíme, v duchu, na lůžku a nemůžeme už pro stáří a nemoc se shromáždit. Povinnost duchovních je navštívit je...“*

Jak už jsem psala v podkapitolce o duchovních rozhovorech, pracovníce č. 1 a pracovníce č. 2 se seniory o duchovních věcech nemluví. Jednak senioři nejevjí zájem o osobnější rozhovory s nimi a ani ze strany pracovníků není chuť mluvit o těchto tématech. Senioři považují pracovníky především za pečovatele o svoje tělo. A pokud je tělesná stránka člověka oslabena bolestí, může tak

zaměstnat celou mysl člověka. „*Když vás to ukrutně bolí ty nohy, tak nepřemýšlíte o ničem, jen abyste už byla zdravá.*“¹⁰¹

Odpověď na čtvrtou dílčí výzkumnou otázku: Jak komunikovat o duchovních otázkách?

Základním předpokladem pro komunikaci se seniory na duchovní témata je osobní vztah důvěry. Dále je důležité nebránit se v rozhovoru i tématům jiným a mít na mysli vzájemnou provázanost osobnosti člověka a individuální přístup.

¹⁰¹ Seniorka č. 3

5.8 Odpověď na hlavní výzkumnou otázku

„Jak reagují pracovníci domova pro seniory na duchovní potřeby seniorů?“, tak zní hlavní výzkumná otázka. Po zpracování rozhovorů s pracovníky i se seniory z domova pro seniory mohu na tuto otázku odpovědět takto:

Všichni oslovení respondenti souhlasí s tvrzením, že každý člověk má i určité duchovní potřeby. Pod tímto pojmem si ale každý představí něco jiného. Velké rozdíly jsou mezi věřícími, kteří spirituální potřeby naplňují především skrze víru v Boha a nevěřícími, kteří v této souvislosti hovořili o umění, o kráse a významu přírody, o síle osobnosti člověka. Celkově pracovníci domova pro seniory přistupují pozitivně k existenci spirituální složky osobnosti seniora a uvědomují si její rozmanitost.

Pracovníci domova pro seniory ví, že zdraví a rodina jsou pro jejich uživatele těmi nejdůležitějšími životními hodnotami. Bohužel zdraví seniorům často ve vyšším věku neslouží, a také vztahy v rodině jsou mnohdy problematické. To se odráží na celkové spokojenosti s životem. Z pohledu pracovníků jsou senioři s životem nespokojení, jsou zatrpklí, osamělí, na mládí vzpomínají příliš idealisticky a o své nynější životní situaci mluví jen negativně. Paní faráčka tak vyhraněný názor nezastávala, naopak říkala, že se setkává i se seniory, kteří přijali svoje životní těžkosti a jsou se svým životem smíření. Celkově mi z rozhovorů vyllynulo, že pracovníci přímé péče¹⁰² mají na seniory negativnější pohled, než jací senioři opravdu jsou. Vychází ale ze svých zkušeností, ze setkávání s nimi. Tuto rozporuplnou situaci si vysvětlují tak, že senioři často k pracovníkům přímé péče přistupují jinak než k ostatním pracovníkům, například k paní faráčce. Ani já nemám z rozhovorů se seniory tak negativní pocity, jako pracovníci, kteří pečují zejména o hygienu a stravu seniorů. Bohužel tuto službu senioři mnohdy považují za samozřejmou, neocení ji, naopak k pracovníkům přistupují kriticky a projektují do nich svoje

¹⁰² V rozhovorech označování jako pracovnice č. 1 a pracovnice č. 2

zklamání a bezmoc. Není divu, že pracovníci domova nemají chuť s negativními seniory mluvit o duchovních tématech, a jak se také ukázalo, senioři tuto službu od nich ani neočekávají. Naopak o spirituálních tématech hovoří rádi s duchovními a vlastně to od nich i očekávají.

Vztah mezi pracovníky a seniory není vždy ideální pro rozhovory na duchovní témata, přesto někdy k osobnějším rozhovorům dojde. I o smrti senioři s pracovníky mluví. Nejčastěji ji vnímají jako nezbytnou součást života a také často jako vysvobození ze současného života, který už nemá smysl. Někteří senioři jsou se smrtí smíření a přemýšlí v kontextu víry o posmrtném životě.

K naplňování duchovních potřeb mohou sloužit i bohoslužby, které domov pro seniory zprostředkovává. Senioři se jich účastní v hojném počtu. Naopak o duchovní literaturu senioři příliš zájem nejeví.

Při zpracování rozhovorů jsem přemýšlela, zda je to problém, že senioři s pracovníky o duchovních tématech příliš nehovoří. Myslím si, že ano. Vnímám tuto situaci jako bludný kruh. O seniory je totiž postaráno především po stránce biologických potřeb a potřebám psychosociálním a spirituálním není věnována taková pozornost. Senioři tak svoje strádání projevují nervozitou, neustálým stěžováním apod. Nevím, zda by bylo možné po pracovnících přímé péče požadovat, aby si během pracovní doby nabitě spoustou úkolů, hledali ještě čas na rozvoj i dalších složek osobnosti člověka. Pozitivně proto hodnotím práci duchovních, kteří domov pro seniory pravidelně navštěvují a ochotně se věnují duchovním bolestem stáří.

Základním předpokladem pro rozhovor o duchovním tématu je osobní vztah. Je třeba projevit zájem celkově o člověka, o všechny jeho starosti i radosti. A pak, když se vytvoří důvěra, je možné hovořit i o těchto citlivých tématech. Nezbytnou podmínkou je také schopnost naslouchat.

Závěr

Díky bakalářské práci jsem si utvořila ucelenější pohled na potřeby seniorů. Zejména pojem spirituální potřeby seniorů už mi není tak cizí. Z odborné literatury jsem získala spoustu zajímavých poznatků, které mi byly podkladem pro otázky k osobním rozhovorům. Bakalářská práce mi byla dobrou záminkou pro první rozhovory se seniory na duchovní témata. Nyní si již dokážu konkrétněji představit, co seniory tíží, co je zajímá. Ještě více si uvědomuji, jak je důležité ke každému přistupovat individuálně a nikoho pro jeho názory a postoje nekritizovat. Myslím si, že základními předpoklady pro rozhovory je schopnost naslouchat, tolerance a také určitá osobní vyzrálost a péče o svoji duši.

Stále více jsem přesvědčená o tom, že opravdu šťastný člověk je ten, který pečuje o všechny složky své osobnosti. Často je v domovech pro seniory dokonale postaráno o těla seniorů, ale jejich duch a duše strádají. Senioři jsou pak pochopitelně pracovníky viděni jako věčně nespokojení, nervózní, kritičtí, osamělí. Domnívám se, že pokud by se pracovníci více věnovali celistvému rozvoji osobnosti seniora, pak by i obtíže spojené s nemocí a s dalšími nepříjemnými projevy stáří nebyly vnímány tak negativně. Zejména mě mrzí, že se nevěnuje více pozornosti jejich duchovním potřebám. Za nejnaléhavější duchovní potřeby seniorů považuji potřebu osobní blízkosti, potřebu smíření se s prožitým životem, odpuštění a také smíření se smrtí. Otázkou zůstává, zda se mají spirituálnímu rozvoji věnovat pracovníci přímé péče, nebo je to pouze v kompetenci duchovních popř. pastoračních pracovníků? Víím, že pracovníci při svém současném pracovním vytížení nemají čas na osobnější rozhovory se seniory, přesto bych ráda očekávala, že i oni projeví více zájmu o celistvý rozvoj osobnosti seniora.

Seznam literatury

Monografie:

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 2. vydání. Praha: Havlíček Brain Team, 2010

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2008

VYMĚTAL, Jan. *Průvodce úspěšnou komunikací*. Praha: Grada, 2008

MIKULÁŠTÍK, Milan. *Komunikační dovednosti v praxi*. Praha: Grada, 2003

POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Povídej-naslouchám*. 2. vydání. Praha: Karmelitánské nakladatelství, 2010

EXUPÉRY, Antoine de Saint. *Malý princ*. Stavínohová Zdeňka. 5. vydání. Praha: Albatros, 1984

MARTINEK, Michael a kol. *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. 2. vydání. Praha: Jabok, 2010

NEŠPOR, VÁCLAVÍK a kol. *Příručka sociologie náboženství*, Praha: Slon, 2008

COAN, Richard. *Optimální osobnost a duševní zdraví*. Bakalář Eduard.
1. vydání. Praha: Grada, 1999

SLÁMA a kol., *Paliativní medicína*. Praha: Galén 2007

STUDENT, J., Mühlum A., Student U., *Soziale Arbeit in Hospiz und Palliative Care [Sociální práce v hospici a paliativní péče]*. Praha: H&H 2006

OPATRŇÝ, Aleš. *Teorie a praxe charitativní práce*. České Budějovice:
Scientia, 2010

MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém
výzkumu*. Praha: Grada Publishing 2006

STRAUSS, A., CORBINOVÁ, J., *Basic of Qualitative Research:
Grounded Theory Procedures and Techniques [základy kvalitativního
výzkumu]*. Brno: Podané ruce, Boskovice, Albert 1999

HAVELKOVÁ, Ludmila. *Specifika komunikace se seniory pohledem
pomáhajících pracovníků*. absolventská práce, Evangelická akademie v Brně –
Vyšší odborná škola sociálně právní, Brno: 2009

Elektronické zdroje:

VANÍČKOVÁ, K. *Spirituální potřeby seniorské populace v ČR*. [online]
21. 1. 2011 URL: <http://www.hospice.cz/hospice1/data/spirit.htm>,

OPATRŇÝ, Aleš. *Víra*. [online] 3. 2. 2011

URL: http://www.vira.cz/glosar/index1.php?sel_id=6

KAŠPARŮ, Max. *Jak očistit naše nitro*. 3. 2. 2011

URL: <http://www.katolik.cz/texty/view.asp?cis=10>

BURELOVÁ, Marie. *Duchovní potřeby seniorů*. [online] 20. 1. 2011

URL: http://is.muni.cz/th/258439/lf_m/Burelova_Duchovni_potreby_senioru_-_diplomova_prace.pdf

JAN PAVEL II. List papeže Jana Pavla II. starým lidem. [online] 6. 1. 2011

URL: <http://www.cirkev.cz/res/data/003/000425.pdf>

Články:

Papežská rada pro laiky. *Důstojnost seniora a jeho poslání v církvi a ve světě*.

Praha: ČBK 2010

SMÉKAL, Vladimír. *Možnosti poskytování psychosociální a duchovní opory seniorům v rodině a v zařízeních sociální péče*. Sociální práce, 2/2004.

s. 50-62

MUNZAROVÁ, Marie. *Celostní pojetí člověka – základní princip lékařské etiky*, Studijní texty z pastorální teologie. Služba nemocným, III., Refugium,

Velehrad 2002, s. 21-26

Příloha

Otázky k rozhovorům (kurzívou jsou označeny otázky určené seniorům):

První dílčí výzkumná otázka: **Jak je přijímán celostní přístup k člověku?**

Podle celostního pojetí člověka má každý člověk nejen biologické, psychologické a sociální potřeby, ale i duchovní – co si o tom myslíte? Jaké jsou duchovní potřeby? Co si představujete pod pojmem duchovní potřeba? Rozlišují se duchovní potřeby věřících a nevěřících lidí? V čem?

Považujete se za věřící? Jste členem nějaké církve? Co pro vás znamená víra? Co vám přináší?

Podle celostního pojetí člověka má každý člověk nejen biologické, psychologické a sociální potřeby, ale i duchovní – co si o tom myslíte? Jaké jsou duchovní potřeby? Co si představujete pod pojmem duchovní potřeba? Rozlišují se duchovní potřeby věřících a nevěřících lidí? Je nějaký rozdíl mezi věřícími a nevěřícími seniory?

Považujete se za věřící? Jste členem nějaké církve?

Druhá dílčí výzkumná otázka: **Jaké jsou konkrétní duchovní potřeby seniorů?**

SMYSL ŽIVOTA

Co je pro vás v životě důležité? Jste spokojeni se svým životem? Co byste chtěli ještě dokázat? Udělat? Máte nějaký životní cíl? Jaký? Co je smyslem života? Jistě máte spoustu životních zkušeností – chtěli byste je předávat dál? Komu? Co? Máte k tomu příležitost?

V literatuře se uvádí, že ve stáří se zvyšuje potřeba hodnotit svůj život. Mluví vaši senioři hodně o svém životě? O čem? Co je pro ně v životě důležité? Mají ještě nějaké životní cíle? Co je smyslem jejich života? Senioři za celý svůj život jistě nasbírali spoustu životních zkušeností. Mají chuť je předávat dál? Jak? Komu? Mají k tomu příležitost? Jakou?

VZTAHY

Jak a v čem jsou pro vás důležité vztahy s blízkými? S rodinou s přáteli? Chtěli byste něco ve svých vztazích změnit? (smíření, odpuštění?) Cítíte se někdy osaměle? Co by to mohlo změnit?

Jsou pro seniory důležité vztahy s blízkými? Rodinou, přáteli? V čem? Co je trápí v oblasti vztahů? Mluví někdy o smíření, odpuštění? Cítí se někdy osamělí? Jak to změnit? Dají vám svoje pocity najevo?

SMRT

Každý život musí někdy skončit. Přemýšlíte někdy o smrti? Co tato představa ve vás vyvolává? Máte ze smrti strach?

Každý život musí někdy skončit. Mluví někdy o smrti? Zajímá je toto téma? Mají ze smrti strach? O čem s nimi mluvíte?

Třetí dílčí výzkumná otázka: Jak být seniorům duchovní oporou?

Máte dostatek příležitostí a podmětů k rozvoji duchovní stránky osobnosti? Máte zájem o duchovní literaturu, svátosti...? Máte dostatek soukromí k modlitbě, rozjímání? Jak a v čem vám může být pracovník duchovní oporou? Co očekáváte?

Jak být seniorům duchovní oporou? Co jim nabízíte? Mají zájem o duchovní literaturu? O duchovní rozhovory? S duchovními? Mají zájem o svátosti? Mají dostatek soukromí k modlitbě, rozjímání? Mají dostatek příležitostí a podmětů k rozvoji duchovní stránky osobnosti?

Čtvrtá dílčí výzkumná otázka: Jak komunikovat o duchovních otázkách?

Chybí vám příležitost mluvit o duchovních věcech? O čem byste chtěli mluvit? S kým (s duchovním, pracovníky, rodinou..?) Kde? Máte dost soukromí?

Chtějí senioři mluvit o duchovních věcech? Spirituální oblast je velice osobní a citlivá, je potřeba při komunikaci na toto téma dbát na nějaké speciální komunikační zásady? (Jak o nich mluvit? Kde? Jak poznat, že chtějí mluvit? O čem?)

Chcete ještě něco k tomuto tématu doplnit? Sdílet?

Chcete ještě něco k tomuto tématu doplnit? Sdílet?