

Obsah

1	ÚVOD	2
2	TEORETICKÁ ČÁST	3
2.1	VYMEZENÍ POJMŮ ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA A ZÁŽITEK	3
2.2	ZÁŽITKOVÝ KURZ	4
2.2.1	<i>Typy zážitkových akcí</i>	5
2.3	OUTDOOROVÉ AKTIVITY	5
2.3.1	<i>Turistika</i>	6
2.3.2	<i>Lanové aktivity</i>	7
2.3.3	<i>Orientační sporty</i>	8
2.4	MENTÁLNÍ RETARDACE	8
2.4.1	<i>Pojem mentální retardace, osoby s mentálním postižením</i>	8
2.4.2	<i>Klasifikace osob s mentálním postižením s ohledem na komunikační dovednosti jedince</i> ...	9
2.4.3	<i>Specifika komunikace osob s mentálním postižením</i>	12
2.4.4	<i>Mládež s mentálním postižením</i>	13
2.5	NESTÁTNI NEZISKOVÉ ORGANIZACE POSKYTUJÍCÍ ASISTENSKÉ SLUŽBY	14
2.6	VZTAH ASISTENTA KE KLIENTOVÍ, ETICKÝ KODEX	14
2.7	DOBROVOLNICTVÍ	17
3	VLASTNÍ PRÁCE	19
3.1	CÍL	19
3.2	CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	19
3.2.1	<i>Harmonogram šetření</i>	19
3.2.2	<i>Metody šetření</i>	19
3.3	VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ	21
3.4	POROVNÁNÍ INDIVIDUÁLNÍCH PLÁNŮ KLIENTA NEZISKOVÉ ORGANIZACE	29
3.5	ŘÍZENÉ ROZHOVORY S KLIENTY A ASISTENTY	33
4	ZÁVĚR	35
5	POUŽITÁ LITERATURA A PRAMENY	37
6	PŘÍLOHY	CHYBA! ZÁLOŽKA NENÍ DEFINOVÁNA.
6.1	DOTAZNÍK „DŮLEŽITOST ROZVOJE KOMUNIKACE S KLIENTY“	CHYBA! ZÁLOŽKA NENÍ DEFINOVÁNA.
6.2	SEZNAM GRAFŮ	CHYBA! ZÁLOŽKA NENÍ DEFINOVÁNA.

1 Úvod

Komunikaci, přesněji sociální komunikaci, považuji za přirozenou potřebu každého z nás. Přirozeně vytváříme nové vztahy, sdělujeme informace, představy, nálady nebo pocity. Jsou však mezi námi jedinci, kteří mají úplně stejné potřeby jako my, a přesto se ve společnosti často setkávají s nepochopením. Jejich komunikace je obohacena o specifika, která vyvolávají obavy, rozpaky nebo je společnost není schopna akceptovat. V nynější době považuji za nejvýraznější trend v oblasti péče o osoby s mentálním postižením programy zaměřené především na rozvoj a podporu samostatnosti těchto osob. K tomu, aby se člověk mohl osamostatnit, potřebuje bez problémů zvládat každodenní činnosti. Mám na mysli oblékání, příchod do/ze školy či zaměstnání a plnění povinností s tím spojených, vyřízení osobních věcí na úřadech či u lékaře, stravování, vědět jak trávit svůj volný čas, tedy účastnit se kulturních, sportovních a zájmových akcí. Osoby s mentálním postižením nejčastěji využívají sociálních služeb, které nabízejí osobní a pedagogické asistence. Většina organizací nabízejících asistentství si klade za cíl používat takových mechanismů, možností a postupů práce, které nejlépe vystihují potřeby konkrétního klienta.

Ve své práci vymezuji základní pojmy týkající se zážitkové pedagogiky a jejích programů zaměřených na outdoorové aktivity. Dále se zabývám vymezením pojmů mentální retardace a její klasifikací se zřetelem na komunikaci. Část práce věnuji specifikům komunikace osob s mentálním postižením a vymezuji pojem mládeže s mentálním postižením jakožto osob s právem na samostatný život. V další části práce se zmiňuji o tom, jak fungují nestátní neziskové organizace poskytující asistenci, a definuji kdo je asistent. Nesmí chybět etický kodex, který vytyčuje pravidla práce s osobami s handicapem.

Cílem mé práce je poukázat na důležitost komunikace mezi klientem a asistentem, která významně přispívá k plnění individuálních plánů vedoucích k osamostatnění. Jako jeden z vhodných prostředků pro získání především sebedůvěry při komunikaci považuji využití zážitkových kurzů.

2 Teoretická část

2.1 Vymezení pojmů zážitková pedagogika a zážitek

Zážitková pedagogika je pedagogický směr, který aktivně ovlivňuje jedince pomocí zážitků. Tento zážitek je určitou situací, která se stane pro člověka zkušeností. Zkušenosti, jichž člověk prostřednictvím zážitku nabude, jej mají ovlivnit i v jiných životních situacích.

Zážitek je prožitá zkušenost, která v nás zanechá stopu, a to většinou ve formě pozitivní či negativní vzpomínky se všemi jejími emocemi. Někdy může být tato vzpomínka životní hnací silou, a nutí nás dělat věci jinak. Zážitek je nenahraditelný, jedinečný a individuálně prožívaný. Učení zážitkem patří k základním principům zážitkové pedagogiky. Podle Pávkové se učení zážitkem opírá o „*intenzivní prožitky a zkušenosti získávané aktivní účastí v programu zahrnujícím obvykle fyzicky náročné činnosti spojené s určitou mírou (kontrolovaného) rizika ve vnějším, přírodním i městském prostředí, popř. v tělocvičných zařízeních (strukturované hry, výpravy do obtížně strukturovaného terénu, trénink přežívání v přírodě, náročné vodácké akce)*“ (Pávková, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 3.vyd. Praha: Portál, 2002, 79 s. ISBN 80-7178-711-6).

Vážanský (1992) zdůrazňuje, že učení zážitkem musí být stále provázeno radostí, zábavou, chutí a motivací. Ta musí být umocňována dobrým pocitem po vydařeném překonání překážek, které program připravil.

Jak lze využít zážitku v procesu učení, ukazuje Kolbova teorie popisující postupy efektivního učení. Tato teorie shrnuje principy učení se z vlastních zkušeností, na základě kterých získáváme podle výzkumů Davida Kolba (1976) 80% vědomostí. Kolbův cyklus učení je tvořen čtyřmi fázemi - 1. konkrétní zkušenost, 2. reflexe, uvažování nad prožitou zkušeností, 3. utváření abstraktních konceptů a představ, 4. experimentování se závěry, generalizace a utváření nových konceptů. Koncem čtvrtého cyklu dochází k testování nových konceptů a získávání dalších zkušeností, čímž se celý cyklus opakuje.

David Kolb dále na základě cyklu detailně popisuje čtyři styly učení – divergentní (pocity, naslouchání), asimilační styl (budování abstraktních teorií), konvergentní (plánování) a akomodační (učení činností samotnou). Kolbův cyklus je základem pro většinu rozvojových a teambuildingových programů.

2.2 Zážitekový kurz

Jako zážitkový kurz označujeme akci vzdělávacího typu, která se v pedagogickém paradigmatu zaměřuje na nácvik konkrétních dovedností. Jejím cílem tedy může být rozvoj schopností účastníků, získání nových dovedností vztahujících se především k osobnostní a sociální kompetenci. Zážitekový kurz je specifický časem, jedná se tedy o časově ohraničenou akci v délce několika hodin nebo např. i týdnů. Důležitou součástí kurzu jsou dobrodružství a netradiční činnosti, které vedou k zážitkům posléze využívaných dále k dalším činnostem. Kurzu se účastní předem vymezená skupina lidí, což usnadňuje přesnou přípravu a vymezení cíle. Program bývá velmi pestrý, obsahuje např. divadelní, výtvarné a outdoorové aktivity směřující k osobnostnímu rozvoji účastníka. Celý kurz bývá dopředu detailně vypracován jedním nebo několika lektory, kteří během kurzu mohou zastávat různé role. Pomáhají skupině či jednotlivci při řešení problémů, rozvíjet se a klást si adekvátní cíle. Zážitekové kurzy jsou specifické také svojí atmosférou, která by měla být příjemná a všichni zúčastnění by se měli cítit bezpečně (Franc, D., Zouňková, D., Martin, A., 2007 s.92, 93, 94).

Před provedením kurzu je třeba určit si jeho základ, tedy téma a cíl. Předpokladem pro správné určení tématu a cíle je získání dostatku informací a podkladů, na nichž kurz postavíme. Vhodné **téma** záleží na skupině osob jež se kurzu účastní. Mělo by být pro ně zajímavé. Zásadní podmínkou pro dobré uskutečnění kurzu je určení přesných **cílů**, čeho chceme dosáhnout. V našem případě jde především o nácvik dovedností v oblasti komunikace, formování postojů, vyjadřování názorů, respekt k ostatním, posílení sebedůvěry. Podklady pro náplň kurzu hledáme např. na internetu a v knihách, které obsahují pečlivěji zpracované informace (Pelánek, R. 2010). Při sestavování všech cílů, jichž chceme dosáhnout, vymýšlíme **prostředky**, jaké v kurzu budeme používat. Ke své práci jsem zvolila outdoorové aktivity zaměřené na kooperaci a rozvoj komunikace mezi účastníky. Nesmíme také opomenout vhodnou **motivaci** účastníků k plnění úkolů. Pro úspěšnost kurzu je důležitá vnitřní zainteresovanost účastníků, s nimiž pracujeme. K tomu nám mohou být prospěšné krátké hry, jako jsou icebreakry (hry „prolamující ledy“ mezi účastníky) nebo sociální hry zaměřené na navození prožitků, které budou účastníky provázet v dalších částech kurzu. Dalším úkolem pro instruktora zážitkového kurzu je velmi dobře a srozumitelně vysvětlit **průběh a pravidla aktivit**. Podklady by měl mít předem písemně připravené. Ověření a případné dotazy účastníků k pochopení aktivity necháváme na závěr vysvětlování (Cicvárek, I., Wolák, R., 2011 s.10). Každá aktivita by měla být jasně **ukončena**, následovat by mělo

vyhlášení výsledků. Důležitou roli hraje také čas na **odpočinek** a vstřebávání prožitých emocí. Až později by měl probíhat rozbor prožitých zážitků, **reflexe**.

2.2.1 Typy zážitkových akcí

Jednorázové zážitkové akce pro děti a dospělé – jde o jednorázovou akci, při níž se účastníci neznají. Jedná se o víkendové či letní prázdninové akce. Příkladem může být např. Prázdninová škola Lipnice nebo organizace Užitečný život, jež se věnuje integrovaným akcím, pro osoby s handicapem.

Dalším typem jsou *pracovní zážitkové akce pro dospělé* – během akce se provádí smysluplná práce související např. s ochranou přírody, obnovou památek. Práce je neplacená.

Dále Pelánek (2008) uvádí *pravidelné akce pro děti* – jedná se o akce pro dětský kolektiv, který se dlouhodobě schází. Účastníci se velice dobře znají, pořádají společné schůzky. Dobrým příkladem je skauting, Zálesák, Asociace turistických oddílů mládeže apod.

Další skupiny zážitkových akcí tvoří *adaptační kurzy a školní výlety* – hlavním cílem těchto akcí je budování dobrého kolektivu, rozvoj komunikace a poznání sama sebe. Mohou trvat až jeden týden. Rozvojem moderních metod výchovy, speciálním programům zážitkové pedagogiky na školách, se zabývá např. občanské sdružení Hnutí GO!.

Soustředění – může se jednat o akce zaměřené např. na sport. Hlavním programem tedy bývá trénink a přednášky doplněné zážitkovými činnostmi.

Rozsáhlé jednorázové hry – jedná se o jednorázové akce určené velkému počtu účastníků (dobrodružné hry s hraním rolí, bojové hry, šifrovací hry apod.).

Komerční firemní akce – pořádají se pro kolektivy pracující v jedné firmě. V souvislosti s těmito akcemi se často používá termínu teambuilding. Jde především o budování týmu a posílení spolupráce (Pelánek, R., 2008, s.13).

2.3 Outdoorové aktivity

Většina zážitkových akcí probíhá v přírodě, protože nabízí pestrobarevnou paletu možností jak prožít svůj volný čas. Každá outdoorová aktivita má speciální požadavky na vybavení a samozřejmě bezpečnost. S ohledem na poměrně vysokou fyzickou a psychickou náročnost musíme pravidlům bezpečnosti věnovat maximální pozornost.

Během jednotlivých aktivit bychom si měli všimnout neobvyklého chování účastníků jako například vyjadřování nezvyklých emocí, zamlklost, slzy, agrese, hysterie. Během outdoorových akcí mohou být emoce velice silné. Všechny tyto známky v chování lze

regulovat snížením intenzity hry, vyhlášením pauzy, individuálním rozhovorem s účastníkem. Na jedince vždy mluvíme v klidu, s ubezpečením, že je vše v pořádku.

Další pravidla bezpečnosti se týkají i krajiny, ve které se zážitkový kurz odehrává. Je nutné respektovat pravidla chráněných krajinných oblastí a rezervací, včetně vstupů na soukromý pozemek, chovat se ohleduplně k lidem žijícím v místě, které jsme vybrali. Proto je nutné danou lokalitu perfektně znát a účastníkům předávat jasné instrukce.

Při absolvování kurzu je nutné dbát na dodržování všech bezpečnostních standardů organizace kvůli eliminování možnosti fyzického zranění. Důležité je znát perfektně terén a vyhýbat se místům, která mohou pro účastníky znamenat nebezpečí. Při jakékoliv hře či závodu by měly být k dispozici lékárničky. Při práci s osobami se sníženou schopností orientace v prostoru Pelánek (2008) doporučuje tzv. nouzové obálky, které by měly obsahovat informace o nositeli, telefonní čísla a mapu celé oblasti. Nouzové obálky mohou sehrát významnou úlohu v případě výskytu neočekávané situace.

Každý program by měl být založen na dobrovolnosti. Mezi účastníky se mohou vyskytovat lidé ve specifických životních situacích, které je nutné respektovat (strach z výšek, z uzavřených prostor, ze tmy apod.). Součástí některých her je dotek mezi muži a ženami. Někteří účastníci mohou na tento druh her reagovat nepřiměřeně.

Instruktor musí dbát také na dodržování dostatečného spánku, na stravu i teplo pro obnovu sil účastníků. Dbáme také na správné a vhodné vybavení účastníků (oblečení, obuv, pracovní a sportovní ochranné pomůcky). Náročné hry by rozhodně neměly být řazeny za sebou. Vždy by měl následovat rozbor hry, její hodnocení průběhu i výsledků a reflexe účastníků. Reflexe by nikdy neměla chybět. Účastníci by měli vždy dostat prostor ke sdílení svých zážitků s ostatními. Měli by mít možnost ventilovat své pocity a hledat v získané zkušenosti smysl (Franc, D., Zounková, D., Martin, A., 2007). Pelánek dodává: „*Součástí reflexe by mělo být poučení ze zkušeností a jejich přenos do běžného života*“ (Pelánek, R.: *Příručka instruktora zážitkových akcí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. 208 s. ISBN 908-80-7367-353-6).

2.3.1 Turistika

Jedná se o zájmovou činnost, propojující aktivní pohyb s pobytem v přírodě. Pohyb v přírodě je úzce spjat s turistickými dovednostmi typu orientace v prostoru, pohyb a spaní v přírodě, první pomoc, vaření v přírodě, pozorování přírody, výroba nástrojů, popř. staveb (Pelánek 2008). K rozvoji těchto dovedností nám slouží velké množství her, úkolů a soutěží.

Řadíme sem pěší turistiku, vysokohorskou turistiku, vodní turistiku, cykloturistiku a jiné. Podle Drábkové (2006) turistika plní tři hlavní cíle a to vzdělávací, výchovný a zdravotní.

Výchovné cíle turistiky popisuje takto:

- působí na osobnost účastníka. Tělesný pohyb, poznávací a odborné činnosti vytvářejí předpoklady mnohostranné tvůrčí aktivitě,
- umožňuje bezprostřední aktivní působení instruktora,
- rozvíjí volní a další vlastnosti nutné k absolvování plánované aktivity, podporuje víru ve vlastní síly,
- turistika a různé formy pobytu v přírodě se používají jako terapie u narušené mládeže,
- k upevnění vztahu mezi členy rodiny pomáhají rodinné formy turistiky,
- člověk uspokojuje svoji potřebu sociálních vztahů,
- poznání přírodních a uměleckých krás pomáhá utvářet estetický vkus,
- podporuje navázání citových vztahů k přírodě, kultuře a lidem.¹

2.3.2 Lanové aktivity

Lanová centra či parky jsou perfektním místem pro rozvoj fyzické kondice, soustředěnosti, sebedůvěry, spolupráce s ostatními ve skupině. Jejich zdolávání bývá velkou osobní výzvou. *„Při lanových aktivitách se pomocí prožitků učíme, jak zvládat nové a nepředvídatelné situace v našem životě. V programech lanového centra je klient postaven před určitý problém a musí ho řešit, buď za pomoci ostatních účastníků, instruktora nebo pouze sám. Pomocí toho učení si zlepšujeme kvalitu svého života“* (Mikulíková, Z. *Hodnocení programů v lanovém centru žáky staršího školního věku.* (Bakalářská práce) Brno: KSV MU, s.10, 2011).

Lanové centrum představuje systém na sebe navazujících vysokých lanových překážek umístěných na stromech, je řešen přímo v lese. Tento soubor lan, sítí, pneumatik či klád systematicky sestavených do dráhy je třeba projít. Překážky jsou sestavovány tak, aby se na jejich překonávání muselo podílet i více účastníků. Používá se jištění, které si účastník přepíná sám.

Mikulíková dále uvádí, že překážky lanového centra lze dělit dle těchto kategorií:

- podle konstrukce – na stromech, na kůlech, na konstrukcích
- podle mobility – mobilní, stacionární

¹ Drábková, I.: Turistika a cykloturistika (Bakalářská práce) Brno: FSS MU, 2006 s.8

- podle vystavení povětrnostním podmínkám – indoor (halové), outdoor (venkovní – bez zastřešení, se zastřešením)
- podle výšky nad zemí – nízké a vysoké
- podle způsobu jištění – sebejištění, vzájemné jištění
- podle počtu lezců – individuální a týmové
- podle směru lezení – horizontální, vertikální, diagonální
- speciální překážky – skoky, lanovky, věže.²

2.3.3 Orientační sporty

Orientace v prostoru je často důležitou podmínkou pro outdoorové soutěže a hry v přírodě. Pelánek (2008) uvádí různé formy orientačních závodů jako azimutový závod, klasický orientační závod podle mapy určený pro jednotlivce i skupiny, orientační závody na kolech či lodích. Orientační běh zařazený na úvod zážitkového kurzu je dobrým nástrojem pro poznání prostředí, ve kterém se účastníci během kurzu budou pohybovat. Při skupinovém závodě dochází k prohloubení vztahů a kooperace mezi účastníky.

2.4 Mentální retardace

2.4.1 Pojem mentální retardace, osoby s mentálním postižením

Literatura uvádí mnoho různých přístupů k pojmu mentální retardace např. z hlediska pásma inteligence, biologických či sociálních faktorů. Pojem mentální retardace se začal používat po konferenci WHO (World health organization – Světová zdravotnická organizace) v Miláně v roce 1959. Autoři odborné literatury nabízejí řadu odlišných teorií a přístupů, měnících se v průběhu času. Podle Švarcové se za osoby s mentálním postižením „*považují takoví jedinci (děti, mládež, dospělí), u nichž dochází k zaostávání vývoje rozumových schopností, k odlišnému vývoji některých psychických vlastností a k poruchám v adaptačním chování*“ (Švarcová, I. *Mentální retardace*. 3. vyd. Praha: Portál, 2006. 200 s. ISBN 80-7367-060-7 s.28). Thorová definuje mentální retardaci jako „*vrozený stav, který se vyznačuje omezením rozumových a adaptivních schopností, jinými slovy nedošlo k přiměřenému a úplnému rozvoji mentálních schopností člověka*“ (Čadilová, V., Jůn H., Thorová, K. a kol. *Agrese u lidí s mentální retardací a s artismem*. Praha: Portál, 2007. 248 s. ISBN 978-80-

² Dle: Kolektiv autorů: Hanuš, R.; Šafařík, M.; Žák, *Manuál instruktora lanových center PROUD*, 2009.

7367-319-2), přičemž dovysvětlují pojem adaptivní schopnosti, jakožto schopnost člověka jednat samostatně na úrovni svého věku a v rámci dané kulturní normy (s. 26).

2.4.2 Klasifikace osob s mentálním postižením s ohledem na komunikační dovednosti jedince

Každá osoba s mentálním postižením je osobností s originálním charakterem. Přesto zde existují charakteristické znaky, podle nichž lze osoby s tímto postižením klasifikovat. Odhaduje se, že v současné době v České republice mentální retardací postižena zhruba 3% obyvatel. Mentální retardace představuje výrazně sníženou úroveň inteligence.

Mezinárodní klasifikace zpracovaná Světovou zdravotnickou organizací dělí mentální retardaci do šesti základních kategorií:

- Lehká mentální retardace
- Středně těžká mentální retardace
- Těžká mentální retardace
- Hluboká mentální retardace
- Jiná mentální retardace
- Nespecifikovaná mentální retardace (Švarcová, I. 2006)

Podle Thorové (2007) člověk, u něhož byla diagnostikována mentální retardace, musí splňovat tři kritéria:

- 1) úroveň rozumových schopností je pod úrovní 70 bodů IQ
- 2) člověk má zřetelné problémy v přizpůsobení se nárokům běžného života (v předškolním věku jsou to komunikační, senzomotorické a sebeobslužné činnosti), ve škole dochází k selhávání školních dovedností a v dospělosti je omezena schopnost samostatného života
- 3) jedná se o vrozenou poruchu, která je u člověka přítomna již od dětství.

Lehká mentální retardace (IQ 50-70) F70

Z hlediska komunikace dosáhne jedinec s lehkou mentální retardací schopnosti užívat řeč účelně v každodenním životě, dokáže udržovat konverzaci, i když mluvu si osvojí opožděně. (Švarcová, I. 2006, s.33)

Ve škole mívají tito jedinci potíže s učením. Obvykle selhávají v abstraktních předmětech a logických operacích, mají specifické problémy se čtením a psaním (Thorová, K. 2007). V individuálně různé míře se mohou projevit i přidružené chorobné stavy jako je autismus a další vývojové poruchy, epilepsie, poruchy chování nebo tělesné postižení (Švarcová, I. 2006). Lehce je opožděna hrubá a jemná motorika, mohou se objevit poruchy koordinace, které však během dospívání a dospělosti dosáhnou normy (Popelová, J. in Vítková, M. 2004, s.278). V oblasti citů je značná afektivní labilita, impulsivnost, úzkostnost a zvýšená sugestivita (Bazalová, B. in Popelová, J. 2006, s.272).

Mnohé jedince na hranici lehké mentální retardace lze zaměstnat prací vyžadující spíše praktické schopnosti, včetně nekvalifikované nebo málo kvalifikované manuální práce (Švarcová, I. 2006)

Středně těžká mentální retardace (IQ 35-49) F71

Podle Švarcové je u osob se středně těžkou mentální retardací výrazně opožděn rozvoj chápání a řeči. Úroveň rozvoje řeči je variabilní, někteří jedinci jsou schopni jednoduché konverzace, druzí se stěží domluví o svých základních potřebách, někteří se naučí využívat kompenzačních prvků nonverbální komunikace. Podobně je omezena soběstačnost a zručnost. Myšlení je stereotypní, rigidní a nepřesné, ulpívající na nepodstatných, ale nápadných detailech. Paměť je mechanická s malou kapacitou. Citově jsou labilní, nevyrovnaní, značně infantilní, dráždiví, často reagují afektivně a nepřiměřeně. V dospělosti je zřídka kdy možný samostatný život. Thorová svůj názor vyjadřuje jednoznačněji, že „*k životu potřebují každodenní asistenci. Samostatného života nejsou schopni,*“ (Čadilová, V., Jůn H., Thorová, K. a kol. *Agrese u lidí s mentální retardací a s artismem*. Praha: Portál, 2007. 248 s. ISBN 978-80-7367-319-2). Společně se shodují, že u osob se středně těžkou mentální retardací bývají diagnostikovány poruchy artistického spektra, epilepsie.

Těžká mentální retardace (IQ 20-34) F72

Většina osob s těžkou mentální retardací trpí značnými poruchami motoriky nebo jinými přidruženými vadami. Včasná systematická a dostatečně kvalifikovaná rehabilitace, výchovná a vzdělávací péče, může značně přispět k celkovému zlepšení kvality jejich života. (Švarcová, I. 2006) „*Pokud je přítomna řeč, má pouze minimální komunikační funkce, časté bývají echolálie či slova bez komunikačního kontextu*“ (Čadilová, V., Jůn H., Thorová, K. a kol. *Agrese u lidí s mentální retardací a s artismem*. Praha: Portál, 2007. 248 s. ISBN 978-80-

7367-319-2). Velmi často se objevují poruchy chování – hry s fekáliemi, piky, sebepoškozování, afekty a agrese, stereotypní pohyby (Müller, O., Valenta, M. 2004).

Hluboká mentální retardace (IQ nižší než 20) F73

Osoby v tomto pásmu mentální retardace jsou těžce omezeni ve schopnosti porozumět požadavkům či instrukcím. Většina osob z této kategorie je imobilní nebo značně omezená v pohybu. Užívají rudimentární neverbální komunikaci. Možnosti jejich výchovy a vzdělávání jsou omezené. (Švarcová, I. 2006) Zde se autoři shodují, že: *„Schopnost lidí s hlubokou mentální retardací porozumět řeči, instrukcím a pokynům je omezena. Je zde určitá míra sociálního chování jako úsměv, radost ze společnosti“* (Čadilová, V., Jůn H., Thorová, K. a kol. *Agrese u lidí s mentální retardací a s artismem*. Praha: Portál, 2007. 248 s. ISBN 978-80-7367-319-2).

Downův syndrom

Pedagogický slovník uvádí: *„Downův syndrom je vrozená porucha způsobená genetickou odchylkou, relativně častá příčina mentální retardace, provázená i charakteristickými tělesnými projevy“* (Průcha, J., Walterová, E., Mareš, V., 2001, s.49).

Podle Švarcové je Downův syndrom (dále jen DS³) nejrozšířenější ze všech forem mentální retardace. Thorová uvádí, že DS je genetická porucha, jejímž výsledkem je mentální retardace a specifické fyzické znaky. Vzniká následkem nadpočetné části 21. chromozomu (trizomie 21), která ovlivňuje specifickým způsobem vzhled a stavbu těla všech lidí s DS.

Typickými tělesnými rysy osob s DS:

- jsou menšího vzrůstu
- ruce a chodidla jsou malé
- oční víčka jsou úzká a šikmá, ve vnitřním koutku bývá kožní řasa
- krátký a široký krk
- volné klouby, slabý svalový tonus (Švarcová, I. 2006, s.141,142)

Typickou zdravotní komplikací u osob s DS jsou vrozené srdeční vady (40 – 50%). (Šustrová, M., 2004) Švarcová uvádí velké množství dalších onemocnění a poruch, které se u osob s DS vyskytují. Nejčastěji se jedná o anomálie žaludku a střev, onemocnění horních cest dýchacích, epilepsii, autismus a poruchy chování.

³ DS – Downův syndrom

2.4.3 Specifika komunikace osob s mentálním postižením

Na komunikaci bezpodmínečně závisí úspěšná socializace každého lidského jedince. Znamená také širokou škálu způsobů kontaktu mezi lidmi. Pojem komunikace pochází z latinského *communis* („společný“), tedy kdykoliv s někým komunikujeme, znamená to, že se s ním setkáváme a prožíváme vzájemné sdílení. Mezi komunikačními partnery by tedy mělo docházet k přijetí druhého člověka jako hodnotného. Ne všichni se dokážeme s druhým dorozumívat stejným způsobem, užívat stejné strategie, takže může docházet k nedorozuměním. Tento jev je poměrně častý, a tak se stále častěji hovoří o potřebě *metakomunikace* („komunikace o komunikaci“), kterou lze vysvětlit jako vzájemnou reflexi, tedy ujasňování a udržení nadhledu, což nám pomůže dosáhnout požadovaného cíle.

Osoby s mentálním postižením tvoří velmi různorodou skupinu, kde u každého jedince jsou komunikační dovednosti na jiné úrovni. Problémem v komunikaci nemusí být vždy pouze komunikační dovednost, ale třeba i jiné prostředky, které jedinec k dorozumívání používá a jeho okolí je nezná. Mezi další dorozumívací prostředky patří gestikulace, mimika, pohled, haptika, polohy, postoje a držení těla. Velkou roli zde hraje i proxemika, tedy vzdálenost mezi komunikačními partnery a celkový vzhled a zevnějšek člověka. Častým problémem u osob s mentálním postižením je strach ze sebeprojevu. Tyto pocity z vlastní nedostačivosti brzdí spontánní chování, omezují motivaci a celkově ovlivňují komunikační projev jedince (Slowík, J. 2010).

Schulz von Thun (2005) charakterizuje čtyři kritéria srozumitelnosti jakéhokoliv sdělení:

- jednoduchost (přiměřenou věku a schopnostem)
- uspořádanost (jasná a přehledná struktura sdělení)
- stručnost (srozumitelné vyjádření toho nejdůležitějšího)
- podnětnost (emoční stránka sdělení, jeho zajímavost a aktuálnost)

Vyskytují se však i chyby v komunikaci na straně osob, které s mentálně postiženými žijí nebo pracují. Lidé s mentálním postižením bývají často označováni jako méně schopní a více závislí na pomoci druhých. Často jim lidé v jejich okolí dávají „nálepky“ (labeling), které nemusejí vůbec odpovídat jejich reálné situaci. Další chybou jsou tzv. rozporuplná sdělení, kdy slova vyjadřují jiné sdělení než ostatní složky komunikace, čímž můžeme druhého ponižovat.

Jsou zde některé zásady, které mohou pomoci k odstranění komunikačních bariér mezi lidmi. Měli bychom se naučit druhému aktivně naslouchat, tedy využít nabízeného tématu, o kterém chce hovořit a potřebuje ho s námi sdílet. Někdy se ale stává, že se setkáváme s lidmi,

kteří mají omezené možnosti v setkávání se s druhými a jejich potřeba komunikace může být tak silná, že nás to přivádí do rozpaků, což v nás vyvolává nepříjemné pocity. Máme samozřejmě právo v tomto případě regulovat vlastní angažovanost nebo odstup. Na druhé straně je důležité pochopit, že chování člověka s handicapem má jasné příčiny, kterým můžeme porozumět, a proto bychom k nim měli být vstřícní.

Dále bychom měli respektovat komunikační možnosti jedince, včetně případných alternativních způsobů dorozumívání. Měli bychom mu dávat najevo trpělivost a přizpůsobit se jeho tempu vnímání. Někdy nás může u našeho komunikačního partnera překvapit neobvyklá mimika, nebo naruší naši intimní zónu bezpečí, nebo se nás začne dotýkat bez předchozího varování. Uvedené dorozumívací kanály zprostředkovávají v interpersonální komunikaci až 70% informační výměny (Jankovský, 2003), je tedy nezbytné je nepodceňovat a naučit se s nimi pracovat. Záleží na rozvoji našich adaptačních schopností, které lze cíleně rozvíjet.

Důležité je, jak se dále zmiňuje Slowík, dát našemu komunikačnímu partnerovi najevo, že je pro nás především člověkem bez ohledu na své odlišnosti nebo omezení. Vyjádřit rovnocennost můžeme například tím, že pokud se rozhovor bude týkat handicapovaného, budeme komunikovat přímo s ním, ne s rodiči či asistentem. Vždy respektujeme věk jedince. Zvažujeme, zda jedinec v určité situaci opravdu potřebuje naši pomoc. Měli bychom ho vést k tomu, aby vždy situaci posoudil dle svých možností a o pomoc si uměl požádat sám (Slowík, J., 2010).

2.4.4 Mládež s mentálním postižením

Pojem mládež se v širším slova smyslu používá spíše v sociologii a pedagogice jako označení skupiny. Neexistuje jednotná definice mládeže. Jinak popisují mládež sociologové, jinak psychologové nebo například kriminologové. S pojmem mládež se spojuje pojem mládí. *„Mládí je fáze života, ve které dochází k významným biologickým, psychickým a sociálním změnám. ... V mládí vrcholí příprava jedince na budoucí role dospělých, současně opouští role dětské a hraje role typické v dané kultuře pro mládež“* (Fuhrer, T. Sport a mládež: pro a proti. (Diplomová práce) Brno: KSV MU, 2006. 8.s). Mládež je pojem, jenž definuje Smolík jako: *„demografickou skupinu obyvatelstva nacházející se stavem vývoje mezi dětstvím a dospělostí. Nejčastěji bývá vymezována věkem přibližně od 13-15 do 25-30 let. V tomto období se mladí lidé začleňují do světa práce, osvojují si společenské normy a požadavky,*

*formují svůj světový názor*⁴ (Josef Smolík (2010): *Subkultury mládeže. Uvedení do problematiky*, Praha: Grada. [ISBN 978-80-247-2907-7](https://www.isbn-international.org/view/title/978-80-247-2907-7)).

Pojem mládež s mentálním postižením se v publikacích vyskytuje především ve spojitosti s psychologickými zvláštnostmi a odlišnostmi v sociální komunikaci, individuálními odlišnostmi a specifiky typů postižení těchto jedinců. Dále se klade veliký důraz na dodržování nejvyšší možné míry práv jako mají ostatní lidské bytosti na samostatný život, vzdělání, rodinu, zdravotní péči, pracovní uplatnění, kulturu, zájmovou a sportovní činnost (Švarcová, I.,2006).

2.5 Nestátní neziskové organizace poskytující asistentské služby

Nestátní neziskové organizace „mají zásadní význam při prosazování a podpoře začleňování dětí a mladých lidí se speciálními potřebami do běžného prostředí a vyrovnávání jejich příležitostí s příležitostmi vrstevníků“ (Uzlová, I., 2010). Poskytují především přímou podporu klientům a jejich rodinám, pořádají vzdělávací akce, věnují se informační a metodické činnosti. Vyznačují se také tím, že případný zisk organizace není rozdělen mezi zaměstnance, ale musí být použit výhradně k podpoře poslání organizace.

Poskytování sociální služby zajišťuje smlouva, ve které jsou jasně stanovena práva a povinnosti obou stran, jak poskytovatele tak uživatele. Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách definuje pravidla poskytování sociálních služeb a trvá na jejich dodržování. Poskytovatel musí s uživatelem poskytované služby osobní asistence průběžně plánovat při pravidelných schůzkách, kde uživatel (nebo zákonný zástupce) sděluje své potřeby a cíle. Společně se snaží dohodnout přiměřené formy a způsoby pro optimální míru podpory.

2.6 Vztah asistenta ke klientovi, etický kodex

Kdo je asistent?

Setkáváme se s dvěma základními typy asistenčních služeb pro osoby se zdravotním postižením. Osobní asistence se poskytuje bez omezení místa nebo času (Uzlová, I., 2010). Švarcová dodává: „*v přirozeném sociálním prostředí osob a při činnostech, které osoba potřebuje*“ (Švarcová, I. *Mentální retardace*. 3. vyd. Praha: Portál, 2006. 200 s. ISBN 80-7367-060-7). Služba má například zajistit uživateli pomoc při osobní hygieně, stravování, s doprovody k lékaři a na úřady, při zajištění chodu domácnosti. Podpora může být také zaměřena na vzdělávání či podporu v zaměstnání, při kulturních a sportovních aktivitách. Vše se tak děje s cílem vyrovnávat příležitosti, aby byly srovnatelné s příležitostmi osob bez

⁴ Definice z <http://cs.wikipedia.org/wiki/Ml%C3%A1de%C5%BE>

postižení či jiného omezení. Švarcová (2006) dále píše o osobní asistenci jako o službě vymezené a řízené uživatelem, protože se počítá s tím, že člověk s mentálním postižením je svobodná bytost, která má právo a je schopná spolurozhodovat o svém vlastním životě.

Osobní asistent je člověk, jenž zajišťuje podporu svému klientovi v činnostech každodenního života, čímž pomáhá také jeho rodině. Rozsah a obsah poskytované péče se řídí potřebami uživatele služby a požadavky rodičů. Práce osobního asistenta je velice individuální. „*Obecně se dá říci, že osobním asistentem může být každý, kdo se pro tuto práci rozhodl a kdo splní požadavky konkrétního klienta nebo poskytovatele sociální služby, který ho zaměstná*“ (Uzlová, I., 2010, s.29). Dále se zmiňuje, že původní povolání není rozhodující. Každá organizace má vlastní cílovou skupinu uživatelů a podle toho vybírá vhodné uchazeče o práci osobního asistenta. Důležitým předpokladem pro tuto práci je schopnost komunikovat s druhými lidmi. Asistent by měl mít pozitivní přístup k lidem a životu, měl by chápat smysl a principy své práce. Nesmíme opomenout takové vlastnosti jako empatie, trpělivost, laskavost, tolerance, spolehlivost a odpovědnost, kreativita. Předpokladem pro práci asistenta je také dobrá psychická i fyzická odolnost. Jeho práce by měla být zaměřena na rozvoj samostatnosti uživatele. V osobnosti asistenta by se rozhodně neměly vyskytovat vlastnosti jako nervozita, neklid, podrážděnost, sklony k manipulaci, agresivita, nespolehlivost, vulgarita, laxnost a nechuť k práci.

Kvalifikační předpoklady jsou závislé od toho, kdo bude asistenta zaměstnávat. Příjemcem služby může být osoba dospělá, která si osobní asistenci platí z příspěvku na péči. V tomto případě není nutná žádná kvalifikace. Pokud asistent pečuje o osobu, která není schopna určovat a řídit jeho práci, nebo vykonávat specifické činnosti, je zde nutnost odborných znalostí a dovedností, tedy získání potřebné kvalifikace. Stejně tak je tomu tak v případě, že asistenta zaměstnává poskytovatel sociální služby, který většinou požaduje minimálně střední vzdělání a kurz osobního asistenta akreditovaný MPSV (Ministerstvem práce a sociálních věcí). Pedagogickou asistenci vykonává pedagogický pracovník (§ 2 zákon č. 563/2004 Sb.). „*Je tedy zaměstnancem školy a působí ve třídě, v níž je začleněn žák (nebo žáci) se speciálními vzdělávacími potřebami*“ (Uzlová, I., 2010, s.43). Rozdíl mezi osobní a pedagogickou asistencí je tedy v tom, že asistent pedagoga by měl, po domluvě s učitelem, věnovat ve třídě pozornost všem žákům, kteří potřebují podporu. Na tuto zásadu se často při praxi zapomíná a asistent spolu s žákem se speciálními potřebami bývá oddělen od ostatních žáků, chybí zde kooperace jak mezi asistentem a učitelem, tak mezi žáky. Tím se narušuje inkluzivní přístup ze strany školy. Pro pedagogickou asistenci je nutná potřebná kvalifikace a předchozí praxe. Osobnostní předpoklady jsou podobné jako v případě asistence osobní.

Pedagogičtí asistenti nezajišťují podporu žáků ve volném čase, tak proto se touto tematikou nebudu podrobněji zabývat.

Etický kodex asistenta

Poskytovatelé služeb osobní asistence zformulovali kodex osobního asistenta v souladu se standardy kvality sociálních služeb. „*Slouží jako souhrn pravidel, kterými by se měl klient řídit ve vztahu k uživatelům služby, zaměstnavateli i ostatním kolegům*“ (Uzlová, I., 2010, s.43). Jako předlohu pro vlastní kodex využívají poskytovatelé text *Etického kodexu Společnosti sociálních pracovníků ČR*⁵. Obsahově se tedy kodex liší především body vztahujícím se přímo ke konkrétní činnosti organizace.

⁵zdroj: www.socialnipracovnici.cz

Obecné etické zásady ve vztahu ke klientovi:

- 1) sociální pracovník podporuje své klienty k vědomí vlastní odpovědnosti,
- 2) sociální pracovník jedná tak, aby chránil důstojnost a lidská práva svých klientů,
- 3) sociální pracovník pomáhá se stejným úsilím a bez jakékoliv formy diskriminace všem klientům,
- 4) sociální pracovník chrání klientovo právo na soukromí a důvěrnost jeho sdělení,
- 5) sociální pracovník podporuje klienty při využívání všech služeb a dávek sociálního zabezpečení, na které mají nárok,
- 6) sociální pracovník podporuje klienty při hledání možností jejich zapojení do procesu řešení jejich problémů,
- 7) sociální pracovník si je vědom svých odborných a profesních omezení, jedná s klienty s účastí, empatií a péčí⁶.

2.7 Dobrovolnictví

Tošner definuje dobrovolníka jako člověka, který poskytuje svůj čas, energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí bez nároku na finanční odměnu. (Tošner, J., 2006) Termín dobrovolník a dobrovolnictví u nás nebylo definováno zákonem až do roku 2002. Organizace pracující s těmito termíny však cítily potřebu je přesně definovat kvůli přesnému vymezení dobrovolnické činnosti, ale také kvůli možnostem získat finanční podporu na dobrovolnickou službu. Zákon č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě u nás vešel v platnost 1. ledna 2003.

Dobrovolnickou službou již dobrovolník poskytuje, je:

- pomoc nezaměstnaným, osobám sociálně slabým, zdravotně postiženým, seniorům, příslušníkům národnostních menšin, imigrantům, osobám po výkonu trestu odnětí svobody, osobám drogově závislým, osobám trpícím domácím násilím, jakož i pomoc při péči o děti, mládež a rodiny v jejich volném čase,
- pomoc při přírodních, ekologických nebo humanitárních katastrofách, při ochraně a zlepšování životního prostředí, při péči o zachování kulturního dědictví, při pořádání kulturních nebo sbírkových charitativních akcí pro osoby uvedené v písmenu a), nebo
- pomoc při uskutečňování rozvojových programů a v rámci operací, projektů a programů mezinárodních organizací a institucí, včetně mezinárodních nevládních organizací⁷.

⁶ zdroj: www.socialnipracovnici.cz

Dobrovolnictví má mnoho forem, jako např. dárcovství, dobrovolná občanská výpomoc, dobrovolnictví vzájemně a veřejně prospěšné a dobrovolnická služba⁸. Neziskové organizace realizují dobrovolnictví veřejně prospěšné. Snaží se získat dobrovolníky především z řad veřejnosti, které motivují činností prospěšnou pro druhé či pro společnost, získáváním nových zkušeností a kontaktů, přátel, zážitků.

⁷ Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické službě)

⁸ www.dobrovolnik.cz

3 Vlastní práce

3.1 Cíl

Cílem mé práce je poukázat na důležitost komunikace mezi klientem a asistentem, která je nezastupitelná při plnění individuálních plánů vedoucích k osamostatnění a kterou lze využít i k odbourávání komunikačních bariér mezi handicapovanými a společností. Za vhodný prostředek pro získání především sebedůvěry při komunikaci považuji využití zážitkových kurzů. Tyto své postoje budu dokumentovat pomocí výzkumných šetření, jež jsem zvolila pro tuto práci.

3.2 Charakteristika výzkumného šetření

3.2.1 Harmonogram šetření

Leden, únor, březen 2012 – podání dotazníků asistentům, dobrovolníkům neziskových organizací a studentům Filosofické fakulty oboru Sociální práce, studentům Vyšší odborné školy sociálně právní v Praze.

Rok 2011 – absolvování zážitkového kurzu zaměřeného na outdoorové aktivity s klienty a asistenty neziskové organizace v Praze. Uskutečnění řízených rozhovorů s účastníky.

Leden, únor, březen 2012 – komparace individuálních plánů klienta neziskové organizace z pohledu rozvoje komunikačních kompetencí.

3.2.2 Metody šetření

Dotazník

Dotazník oslovuje asistenty, dobrovolníky a studenty, kteří pracují či pracovali v oblasti osobní asistence. Je zaměřen na komunikaci s klienty a podporu při volnočasových aktivitách ze strany asistentů.

Dotazníků bylo rozdáno do neziskových organizací a škol celkem 100. Od respondentů se vrátilo 51 vyplněných dotazníků. Dotazník obsahuje 17 otázek (14 uzavřených a 3 polouzavřených). Je zde i prostor pro případné připomínky respondentů.

Otázky k šetření

Z pohledu asistentů a volného času jejich klientů

1. Myslím si, že 60% dotazovaných neposkytuje klientovi žádnou podporu v oblasti utváření volného času. (otázka č. 8)
2. Domnívám se, že největší podporu od asistentů dostávají klienti ve školním prostředí. (otázka č. 7)
3. Myslím si, že největší obavu z výběru outdoorových aktivit by způsobil rafting, popř. kajak a lanové aktivity. (otázka č. 16)

Z pohledu asistentů a jejich komunikace s klienty

1. Předpokládám, že největší důležitost při komunikaci s osobami s mentálním postižením má pozitivní motivace a užívání neabstraktních, jasných a jednoduchých slovních vyjádření. Velkou roli hraje i pozitivní vztah k práci. (otázka č. 13)
2. Domnívám se, že většina asistentů se svými klienty hovoří uvolněně a mají k nim přátelský vztah. (otázka č. 4, 5)
3. Domnívám se, že většina dotazovaných souhlasí, že zážitkový kurz je možné využít pro zdokonalení komunikačních dovedností mezi asistentem a klientem a jejich okolím. Zážitkového kurzu by se účastnilo přes 70% respondentů. (otázka č. 15, 17)

Řízený rozhovor

Zhodnocení absolvovaných outdoorových aktivit očima klientů a jejich asistentů z pohledu komunikace mezi nimi.

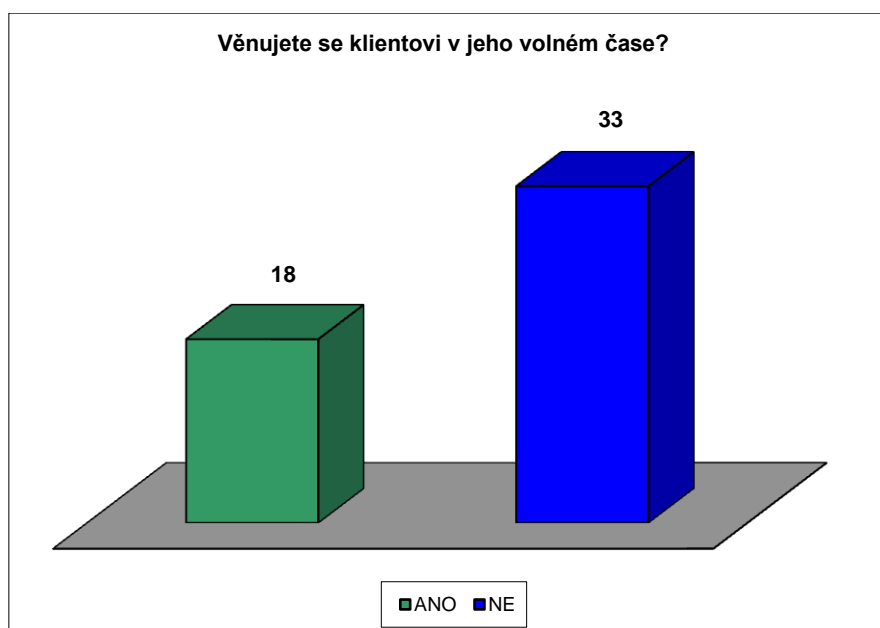
Obsahová analýza dokumentů

Porovnávám vývoj komunikace klienta neziskové organizace v průběhu let 2010 – 2012 a cíle jeho individuálního plánu zaměřené na samostatnost.

3.3 Vyhodnocení dotazníkového šetření

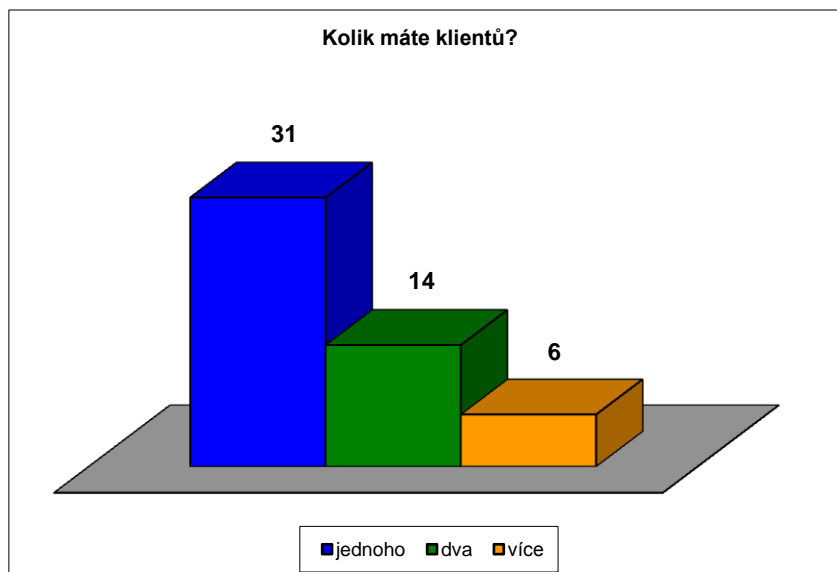
Z pohledu asistentů a volného času jejich klientů

Jedna z otázek šetření zkoumá míru podpory klienta v oblasti volného času. Domnívám se, že většina dotazovaných poskytuje či poskytovala osobní asistenci ve školním prostředí, kde je asistence zaměřena spíše na zvládnutí učiva daného ročníku nebo se jedná ryze o doprovody za účelem nácviku cestování, či běžné návštěvy lékaře či úřadů. Výsledky naznačují, že klientův volný čas je ovlivňován spíše ze strany rodiny a blízkých. Osobní asistence je tedy určena k nácviku dovedností, jež vedou k osamostatnění se.



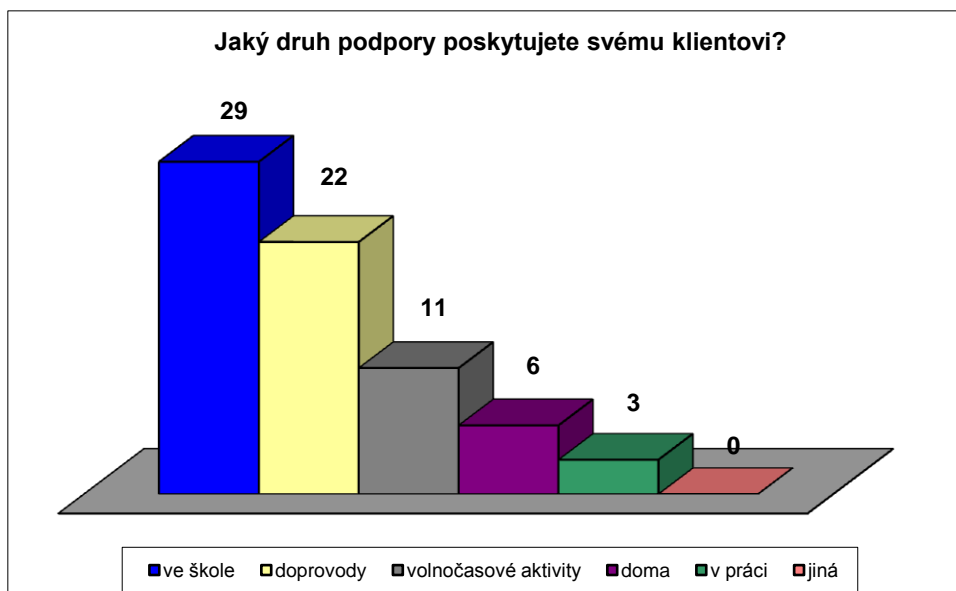
graf č. 1

Graf č.1 tedy moji domněnku potvrzuje. 65% respondentů odpovědělo, že neposkytuje svému klientovi žádnou podporu v oblasti volného času. Výsledky ukazují, že většina osobní asistence je věnována jiným oblastem (např. vzdělávání, doprovodům apod.), které jsou pro klienta důležité. Za zmínku stojí, že respondenti měli v této otázce možnost zvolit více odpovědí, protože podporu poskytují více klientům. Níže uvedený graf zobrazuje počet klientů na asistenta.



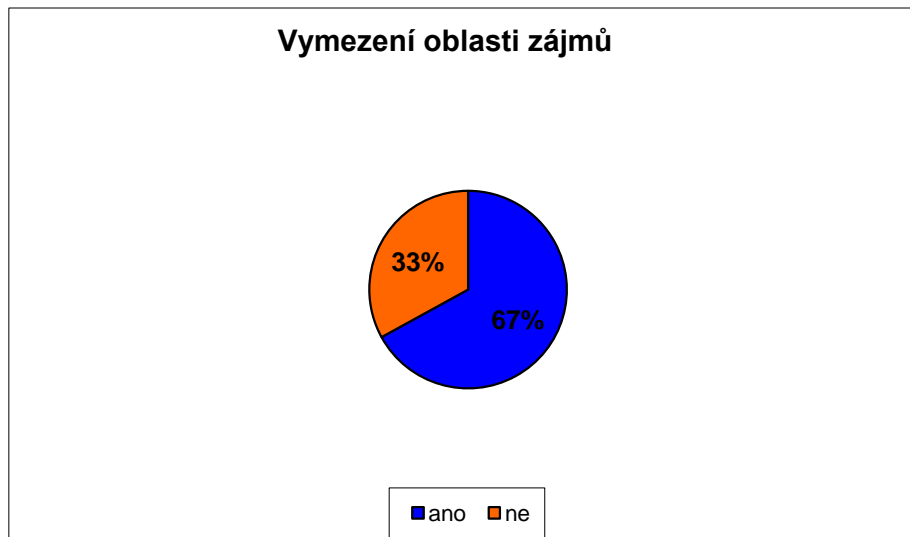
graf č. 2

Graf č.3 poukazuje na oblasti, jež jsou v souvislosti s osobní asistencí klienty nejvíce využívány. Jedná se o osobní asistence ve škole a doprovody. Oblast volného času je až na třetí pozici. Neziskové organizace poskytující sociální služby zaměřené na podporu vzdělání a rozvoje klientovi samostatnosti v oblasti orientace v dopravě v hlavním městě, či k vyřízení osobních záležitostí.



graf č. 3

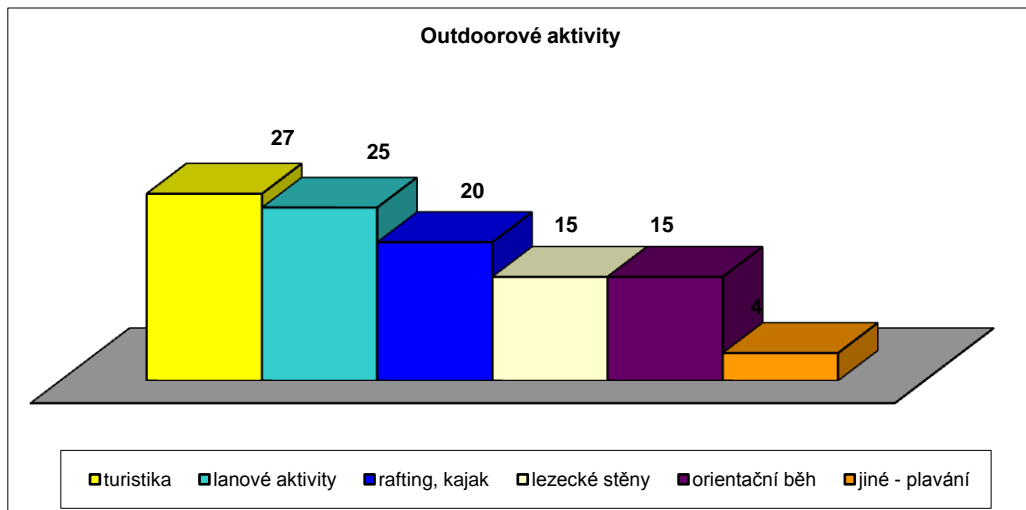
Pokud je pracovní náplní asistenta podpora klienta při volnočasových aktivitách, jejich klienti jsou schopni vymezit oblast svých zájmů dle grafu č.4.



graf č. 4

Z tohoto grafu vyplývá, že klienti (67%) jsou schopni definovat, jak by chtěli trávit svůj volný čas. Pokud jsou tedy komunikačně schopni vyjádřit své potřeby, měli bychom jejich zájmy respektovat a neobávat se s nimi jejich zájmy realizovat. Mnohokrát jsem se při své praxi setkala s asistenty, kteří odpovědnost a starost o klienta preferovali před jeho vlastní radostí z volnočasové aktivity. Pokud jsou dodržena všechna bezpečnostní opatření a činnost je vedena zkušenými instruktory, není čeho se obávat.

S tímto souvisí moje další otázka k šetření, již jsem použila ke zjištění zájmu asistentů o outdoorové aktivity, které by se svými klienty absolvovali. I tato dotazníková otázka umožňovala volit více odpovědí. Předpokládám, že asistenti volili aktivity podle náročnosti a preferovali takové, s nimiž mají osobní zkušenost. Z grafu č.5 vyplývá, že nejvhodnější oblastí trávení volného času pro klienty s mentálním postižením je turistika. Lanové aktivity a vodní turistika jsou však také řazeny dle hodnot jako vhodné outdoorové aktivity s klienty. Má domněnka, že vodní turistika či lanové aktivity způsobí obavu u asistentů z realizace, se nepotvrdila.



graf č. 5

Závěr

Z pohledu asistentů a jejich podpory klienta v oblasti utváření volného času podle dotazníkového šetření vyplývá, že neziskové organizace poskytují sociální službu osobní asistent, jehož náplní práce bývá především:

- podpora při vzdělávání ve škole,
- podpora při nácvičení cestování a orientace v hlavním městě (doprovody do školy, domů, k lékaři apod.).

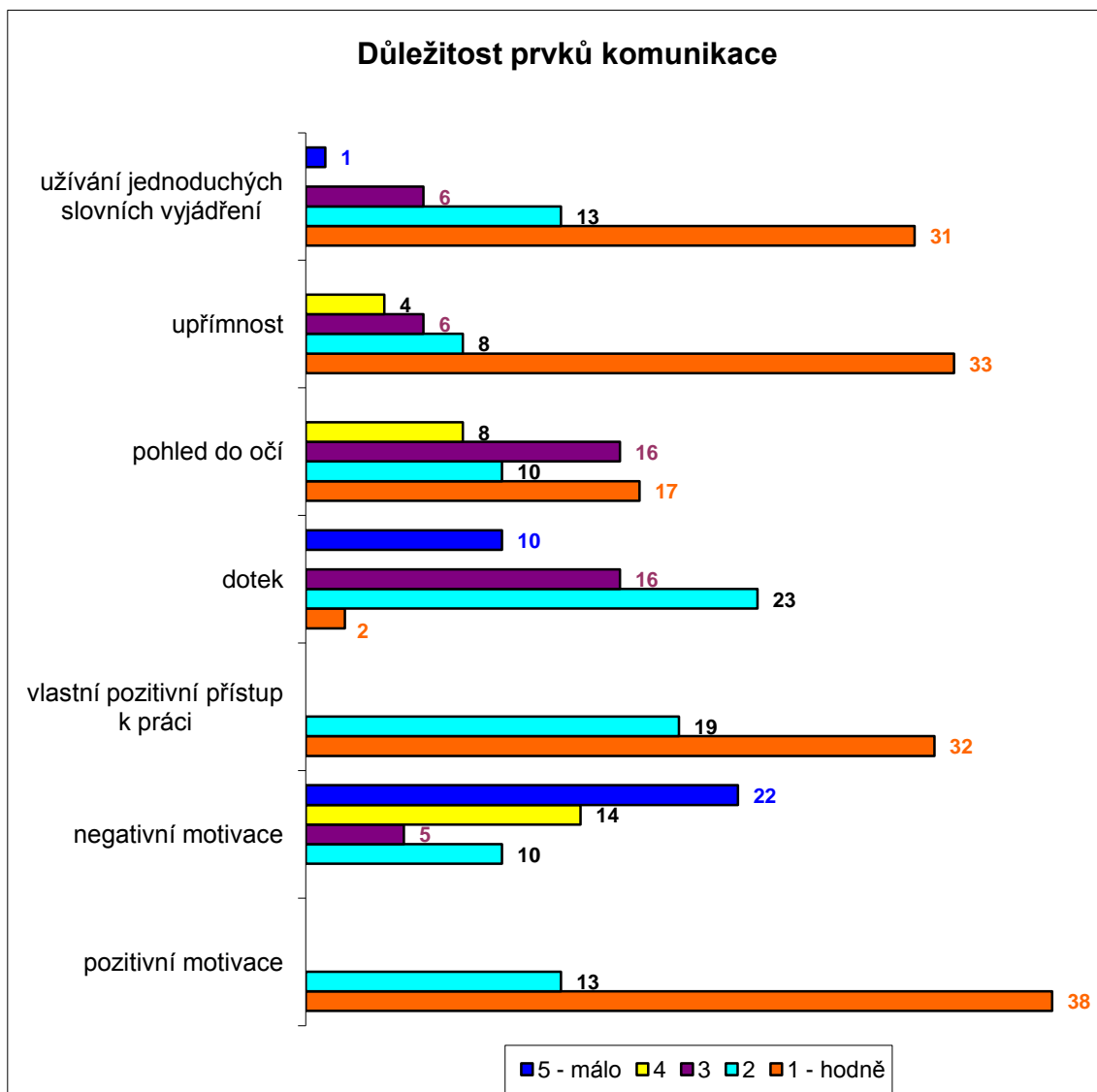
Z dalších výsledků vyplývá, že klient je schopen vymezit, jakým volnočasovým aktivitám by se rád věnoval, a proto považují za důležité ze strany asistenta tuto skutečnost respektovat a snažit se klienta podporovat v této oblasti. Je zde možnost během doprovodů navštívit např. internetovou kavárnu, kde asistent může klientovi pomoci vyhledat potřebné informace o volnočasové aktivitě a společně mohou zvážit, zda je reálné aktivitu uskutečnit a za jakých okolností. Asistent nesmí **opomenout** svůj profesionální přístup ke klientovi, tedy nesmí se chovat manipulativně.

Outdoorové aktivity vyžadují dostatečnou fyzickou i psychickou odolnost a často i odvalu. Při absolvování zážitkového kurzu jsou často všichni účastníci na některých startech poprvé. Tato skutečnost vyrovnává síly, odolnost, psychiku všech účastníků na stejnou úroveň. Není tedy vyloučeno, že role asistenta a klienta se může obrátit a klient se stane oporou svému asistentovi. Asistenti by během zážitkového kurzu volili mezi outdoorovými aktivitami především pěší turistiku, lanové aktivity a vodní turistiku jako vhodné pro mládež s mentálním postižením. Silný zážitek dokáže rozkrýt mnoho o vztahu asistenta a klienta. Pokud klient leze na lanovou dráhu a asistent se obává, že to nezvládne, dává tím najevo, že

klientovi nevěří. Tato nedůvěra se může projevit při práci asistenta. Klient může dát svou nedůvěru najevo během aktivity, kdy osloví jiného asistenta jako partnera pro plnění úkolu.

Z pohledu asistentů a jejich komunikace s klienty

Předpokládám, že největší důležitost při komunikaci s osobami s mentálním postižením můžeme připsat pozitivní motivaci a užívání neabstraktních, jasných a jednoduchých slovních vyjádření. Velkou roli hraje i pozitivní vztah k práci.

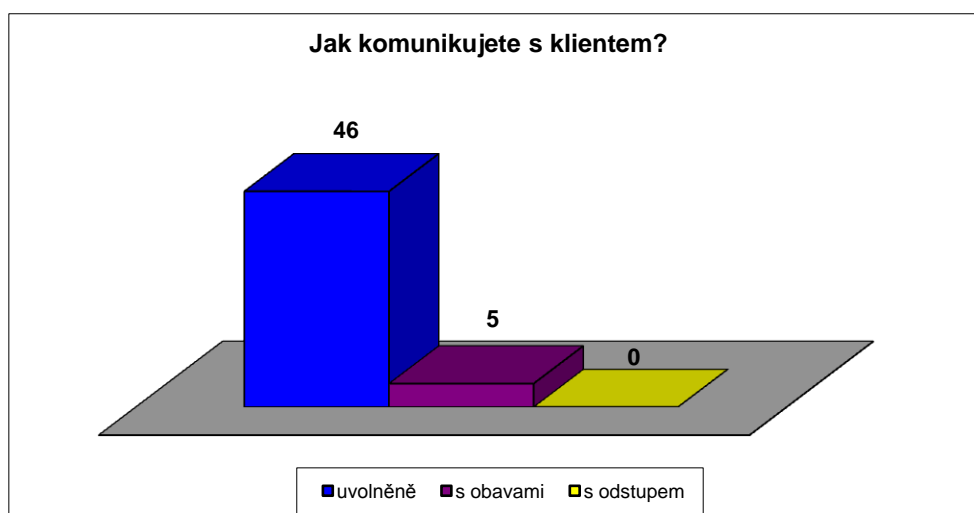


graf č. 6

V tomto případě se moje domněnka o důležitosti jednotlivých prvků v komunikaci s osobami s mentálním postižením potvrdila. Pozitivní motivaci při práci s klienty ohodnotilo více než 74% respondentů jako za velice důležitou. Užívání neabstraktních, jasných a jednoduchých slovních vyjádření označilo 61% asistentů a dobrovolníků vysokou hodnotou

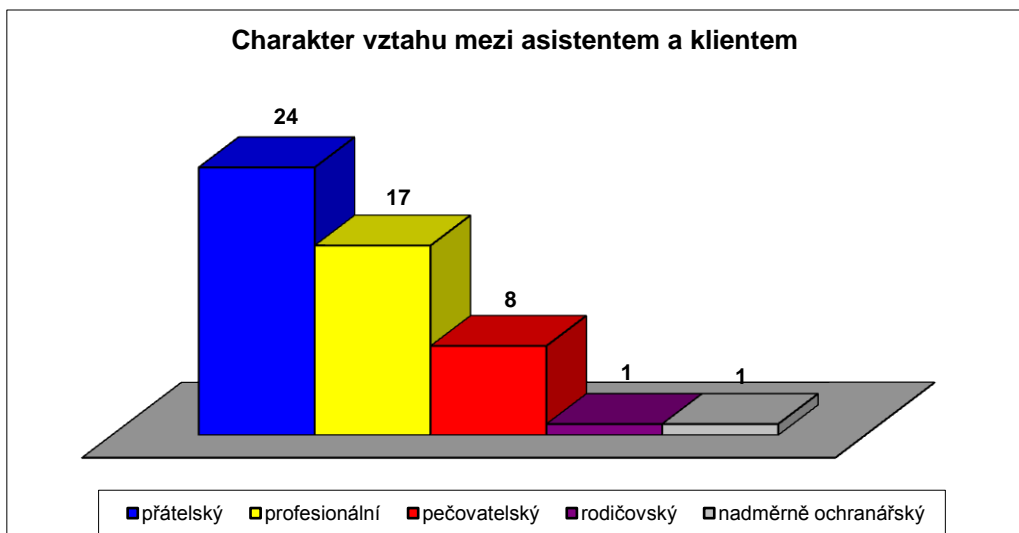
důležitosti. Vlastní pozitivní přístup k práci označuje 63% respondentů jako důležitý pro odvedení kvalitní práce s klientem.

Asistenti se svými klienty hovoří uvolněně a mají k nim přátelský vztah. Tuto otázku k šetření potvrzují následující grafy č.7 a 8. V prvním grafu si můžeme povšimnout, že 5 respondentů odpovědělo, že s klienty komunikují s obavami. Předpokládám, že se jedná o spolupráci, která nemá dlouhého trvání. Asistent s klientem jsou ve fázi, kdy si k sobě „hledají cestu“.



graf č. 7

S touto otázkou souvisí i další výsledek šetření, a to že 63% respondentů svému klientovi tyká a klient tyká svému asistentovi. Pouze 20% respondentů odpovědělo, že při jejich vzájemné komunikaci používají výhradně vykání. Tyto výsledky nám mohou naznačit, že komunikace mezi klienty a jejich asistenty je přátelská, což potvrzuje i následující graf. Neméně důležitou oblastí vztahů a komunikace mezi klienty a jejich asistenty je i profesionalita. 33% respondentů označilo vztah ke klientovi jako profesionální. Většina neziskových organizací pořádá pro své asistenty ještě další doplňující vzdělávání v této oblasti. Za méně prospěšné pro klienta, který chce dosáhnout jistého stupně osamostatnění, považují přístup asistenta označený jako pečovatelský. V tomto přístupu asistent často nedovolí klientovi vykonávat např. sebeobslužné činnosti samostatně, je přesvědčen, že by je nedokázal udělat dostatečně správně.



graf č. 8



graf č. 9

Většina dotazovaných (90%) souhlasí, že zážitkový kurz je možné využít pro zdokonalení komunikačních dovedností mezi asistentem a klientem a jejich okolím. Zážitkového kurzu by se účastnilo 75% respondentů.

Závěr šetření z pohledu asistentů a jejich komunikace s klienty

Asistenti a dobrovolníci považují za nejdůležitější pozitivní motivaci při komunikaci s mládeží s mentálním postižením a užívání jednoduchých neabstraktních slovních vyjádření a vlastní pozitivní přístup k práci. Většina respondentů charakterizuje svůj vztah ke klientovi jako přátelský a komunikace probíhá uvolněně. Zde považují za důležité zmínit, že tento vztah vzniká za velice specifických okolností. Mám na mysli především to, že jsou proti sobě postaveny dvě cizí osoby, které mají omezené možnosti nebo přístup k informacím a přesto spolu musí vytvořit jakýsi tým, který má společný cíl, kterého se snaží společně dosáhnout.

Mé dotazníkové šetření vzbudilo mezi respondenty poměrně značný zájem o téma zážitkových kurzů pro asistenty a jejich klienty. Většina, tedy 75% dotazovaných, by se účastnila takového kurzu, který by jim zprostředkoval nevšední zážitky s jejich klienty. Domnívám se, že člověk, který nastoupí do práce jako asistent, nedostává dostatek informací o klientovi, a to především v oblasti komunikace. Velice často se stává, že se asistent během prvních pár měsíců služby sám učí jak s klientem vlastně pracovat. Právě z tohoto pohledu se mi práce asistenta jeví jako velmi náročná. Doporučovala bych tedy, neziskové organizace zprostředkovávaly informativní schůzky, kterých by se účastnili klient a jeho rodiče, metodik osobní asistence, popř. bývalý asistent, nebo stávající osobní asistent ve škole. Na těchto schůzkách by docházelo k předávání veškerých informací o práci s klientem z různých pohledů. Nový asistent by tak snadněji získal představu, jak s novým klientem efektivně pracovat na cílech daných v individuálním plánu.

Zážitkový kurz umožňuje:

- asistentovi získat nové informace o klientovi, které mu mohou být prospěšné při práci s ním,
- prohloubení důvěry mezi asistentem a klientem,
- rozvoj sociální komunikace klienta s okolím,
- rozvoj sebedůvěry a sebehodnocení klienta,
- získání zkušeností pro řešení nečekaných situací,
- získání nových kontaktů a vznik přátelství,
- vyrovnávat rozdíly mezi lidmi a výměnu rolí.

3.4 Porovnání individuálních plánů klienta neziskové organizace

Klient č.1 (21 let)

Individuální plán klienta

rok			
Oblasti komunikačních a sociálních dovedností	2010	2011	2012
Kontakt s lidmi	klient je nejistý v navazování kontaktů s okolím, nutnost jednoduché komunikace a tlumočení, při rozhovoru potřebuje nápovědu	dobře se zapojuje do rozhovorů, dokáže sám oslovit druhého, ale spíše je při navazování sociálního kontaktu pasivní?	zahájení rozhovoru (reaguje na slovní pozdrav, ruku není zvyklý podávat, rozlišuje vykání a tykání), klient je schopen říci si o pomoc
Zevnějšek	silné pocity nejistoty doprovázené zlozvyky ("šťourání" v nose, otevřená ústa)	má potíže s udržením sociálního chování, když prožívá situace ve kterých cítí pocit nejistoty (otevřená ústa, „šťourání“ v nose)	klient je schopen při pocitech nejistoty odejít na WC, kde se upraví a překoná je
Forma komunikace	komunikuje srozumitelně, volí přiměřené tempo a hlasitost řeči, klient nekomunikuje s okolím dotykem, neverbální výraz koresponduje s mluveným projevem	komunikuje srozumitelně, volí přiměřené tempo a hlasitost řeči, utíká od tématu (musíme upozornit, že okolí ztratilo přehled o sdělení)	komunikuje srozumitelně, často ztrácí souvislosti při delším rozhovoru, po upozornění je schopen v rozhovoru pokračovat
Porozumění obsahu sdělení	při zpětném doptávání k předešlému rozhovoru zjistíme, že klient nerozuměl obsahu sdělení	když něčemu nerozumí, není schopen se doptat	klient je schopen se doptat na věci, kterým nerozumí pokud dostane prostor (upozornění) pro otázky na závěr rozhovoru
Pozornost	snadno se rozptýlí, pozornost kolísavá	má problémy soustředit se na delší časové úseky, snadno unavitelný	při delších časových úsecích využívá klient pomoc asistenta, který např. upozorňuje na špatný postup při práci
Co se stalo?	začal chodit do nové školy, navštěvovat novou psycholožku, začal chodit na praxi do obchodního domu	není schopen uvědomit si odpovědnost za vlastní zpoždění (příchod do školy, na praxi)	klient má více učení ve škole, někdy zmatkuje při cestě do školy na cestě (učí se docházet do školy dle bodů na trase)
Co se děje teď?	vstává v 6:30	má hodně učení, dopolední směna v na praxi vyhovuje klientovi lépe	když se klientovi vybil mobilní telefon na praxi, domluvil si sám možnost zavolat si odjinud
Co je důležité pro klienta?	zlepšit se ve škole, nácvik cesty na praxi, Karel	mít volný čas (být s přáteli, dívat se na TV a své oblíbené seriály a pořady o zpěvácích)	začít bydlet s Karlem
V čem potřebuji pomoci?	s orientací v čase, naučit se chodit včas do školy a na praxi	při učení, na cestách (někdy zapomenou vystoupit)	se správnou životosprávou a hubnutím

Hodnocení rozvoje komunikačních kompetencí v průběhu let u klienta č.1

Individuální plán je členěn do několika oblastí komunikačních a sociálních dovedností klienta. První oblast se zabývá kontaktem s lidmi. Zde si můžeme všimnout, že v roce 2010 bylo zaznamenáno, že klient je nejistý v navazování sociálního kontaktu a že při komunikaci potřebuje podporu ze strany druhé osoby. Důvodem může být změna školního prostředí. O rok později se klient běžně zapojoval do rozhovorů s ostatními a dokázal oslovit druhou osobu, stále však byl jeho vztah k okolí označován za pasivní. Další rok ukazuje, že klient byl veden asistentem k samostatnosti při výskytu nečekané situace. Klient je schopen říci si o pomoc, pokud ji potřebuje.

Další oblast se zabývá zevnějškem klienta, jehož projevy mohou být tak specifické, že jsou okolím přijímány jako „nenormální“. V průběhu let se klient naučil své pocity nejistoty řešit v soukromí.

Důležitou oblastí je porozumění obsahu sdělení. I v tomto případě došlo u klienta k rozvoji této kompetence. Dnes je schopen si vyžádat prostor pro otázky na konci rozhovoru a doptáváním rekapitulovat, co bylo řečeno.

Další částí individuálního plánu jsou oblasti, které vypracovává přímo metodik osobní asistence s klientem. Zde je vidět, jak a o čem je schopen klient hovořit, včetně toho, co je pro něj důležité a čeho chce dosáhnout. Klientovi dělá starost jeho nedochvilnost a také jeho uvědomění, že v této oblasti si sám není schopen pomoci. Zároveň vnímá jako pozitivní, že dokázal sám vyřešit nečekanou situaci s vybitým mobilním telefonem na praxi, kterou absolvuje v obchodním domě. Sám byl schopen oslovit nadřízeného pracovníka a požádat ho o zatelefonování. Klient je schopen říci, co je pro něho důležité, jako např. volný čas a přítel, se kterým by do budoucna chtěl bydlet.

Pro klienta je důležité jak vypadá. Cítí potřebu dodržovat zásady životosprávy a chce pomoci s hubnutím.

Ze získaných informací usuzuji, že práce osobního asistenta s tímto klientem má velice dobré výsledky v oblasti rozvoje komunikačních kompetencí jedince vedoucí k osamostatnění. Klient je schopen řešit situace, které se dříve zdály být problémové, zcela samostatně.

Individuální plán klienta

rok			
Oblasti komunikačních a sociálních dovedností	2010	2011	2012
Kontakt s lidmi	velice komunikativní a přátelský, komunikace s okolím mu dělá velkou radost	nemá problém s navazováním sociálních kontaktů, má problém s respektováním pravidel	velice dobré vztahy se spolužáky i dospělými v jeho okolí, má problém s pravidly
Zevnějšek	repetitivní sebestimulující pohyby celého těla, kterými klient mírní vnitřní napětí	repetitivní sebestimulující pohyby celého těla (skákání do výšky, houpání se ze strany na stranu, hraje si s prsty, s klíči na kolečku)	repetitivní sebestimulující pohyby celého těla (při upozornění je klient schopen zmírnit svou aktivitu)
Forma komunikace	komunikuje srozumitelně, volí přiměřené tempo a hlasitost řeči, užívá jednoslovných odpovědí, navazuje oční kontakt	komunikuje srozumitelně, volí přiměřené tempo a hlasitost řeči, často si volí pouze jedno téma rozhovoru, ke kterému se stále vrací	stále užívá jednoslovného vyjádření, setrvává na tématu, které je zrovna jeho zájmem
Porozumění obsahu sdělení	klient rozumí obsahu sdělení, když něčemu nerozumí, není schopen se doptat, je snadno manipulovatelný	klient dobře rozumí obsahu sdělení, není schopen rozlišit závažné situace	klient nemá potřebu doptávat se na obsah sdělení při nejasnostech, vždy všemu rozumí, nerespektuje pravidla
Pozornost	často ulpívá na jedné věci, má problém soustředit se po delší časový úsek (přepětí)	jeho pozornost je často směřována jedním směrem (film, kamarád)	klient je schopen se soustředit pokud je upozorněn, že právě při probíhající činnosti je to potřeba
Co se stalo?	klient je doprovázen do školy a ze školy asistentem	klient se naučil jezdit samostatně do školy a zpět pomocí pomůcky, kterou vymyslel asistent	klient nastoupil do nové školy
Co se děje teď?	absolvuje různé praxe	klient je schopen sám zvládnout trasu, při nečekaných situacích komunikuje přes telefon	klient využívá služeb jiných neziskových organizací, kde absolvuje kurzy zaměřené na řešení neznámých situací a respektování pravidel
Co je důležité pro klienta?	mít jistotu, že nemusí do ústavu, mít možnost trávit čas s prarodiči	mít asistenta	chodit do školy a vídat se s kamarády
V čem potřebuji pomoci?	s buzením, hlídat čas, s ukázáním cesty do školy nebo domů	naplánovat budoucnost, pomoci naplánovat můj volný čas	hospodaření s penězi, upozornit mě na nevhodné nebo špinavé oblečení

Hodnocení rozvoje komunikačních kompetencí jedince v průběhu let u klienta č.2

Klient podle individuálního plánu velice snadno navazuje sociální kontakt se svým okolím a jeho chování je označováno jako přátelské. V roce 2011 se u klienta začaly objevovat obtíže s respektováním pravidel. Ve školním prostředí se začal stýkat se spolužáky, kteří snadno odhadli jeho snadnou ovlivnitelnost a manipulovatelnost. Klient začal porušovat některá pravidla školního řádu. S přestupem na jinou školu se problémy s přestupky vyřešily. Klientův zevnějšek je charakterizován repetitivními sebestimulujícími pohyby těla, jejich aktivitu je schopen mírnit při upozornění. Forma komunikace, kterou klient používá, je v průběhu let neměnná. Klient nemá potřebu doptávat se na obsah sdělení, vždy říká, že všemu rozumí.

Důležitá událost se stala na přelomu roku 2010/11, kdy se klient s pomocí asistenta naučil jezdit samostatně městskou hromadnou dopravou. Po nástupu do nového školního zařízení se klient musel naučit cestu novou. Velice dobře komunikuje přes mobilní telefon, takže ho lze navigovat správným směrem.

Pro klienta je důležitá jistota, že nemusí do ústavu. Také je pro něj důležité trávit čas s prarodiči. V dalších letech uvádí důležitost využívání sociální služby osobního asistenta, možnost stýkat se s kamarády a navštěvovat školu.

Podporu potřebuje s orientací v čase a s ranním vstáváním. Dále klient uvádí, že chce pomoci naplánovat budoucnost a pomoci s náplní volného času. V posledním roce chce pomoci v oblasti hospodaření s penězi a upozorněním na špinavé či nevhodné oblečení.

V tomto případě bych chtěla poukázat na kreativitu asistenta, který pro svého klienta vymyslel a vyrobil pomůcku, která pomohla klientovi k samostatnému pohybu po hlavním městě. Trasa klienta v roce 2011 začínala v městské části Chodov a končila na Ruzyni. Klient musel během cesty 3x přestupovat.

Závěr obsahové analýzy dokumentů

Analýza individuálních plánů klientů jasně prokazuje, že sociální služba osobní asistence značně pomáhá jejich klientům v oblasti rozvoje sociální komunikace. Plány jsou tvořeny s klientem, který se učí vyjadřovat svoje potřeby a stanovuje si cíle. Osobní asistent pomáhá klientovi těchto cílů dosáhnout a to mnohdy vlastní iniciativou, kreativitou, schopností empatie a porozuměním. Dle mého názoru je smysluplná práce osobních asistentů společností nedocenená.

3.5 Řízené rozhovory s klienty a asistenty

V rámci tohoto šetření byly zkoumány zážitky účastníků kurzu po absolvování jedné z outdoorových aktivit zejména lanového centra a dále komunikace mezi asistenty a uživateli sociální služby osobní asistence. Šetření bylo prováděno formou polostandardizovaného rozhovoru, který obsahoval 4 otázky. Byl prováděn se dvěma klienty a jejich asistenty.

Lanové centrum

Řízený rozhovor s asistentem č.1

1) Absolvoval/a jste tento druh outdoorové aktivity poprvé?

Ne, už dříve jsem měla možnost si lanovou dráhu vyzkoušet.

2) Jaké jsou Vaše pocity?

Cítím se velice dobře. Mám pocit, že můj klient si to velice užil. Pořád se usmívá, ale možná je rád, že to má za sebou.

3) Jaká byla Vaše komunikace s klientem na dráze?

Nejprve jsem svého klienta musela ujistit, že mu nehrozí žádné nebezpečí. Chvíli mi trvalo, než jsem přišla na způsob, který na něj platil. Byl velice soustředěný a poslouchal každé moje doporučení. Trochu se třásl. Moc nemluvil, spíš se hodně soustředil na každý svůj pohyb.

4) Co bylo pro Vás nejdůležitější při lezení?

Neustále jsem kontrolovala jistění sebe i klienta na laně. A také, abych byla neustále pozitivně naladěna a tuto dobrou náladu šířila mezi ostatní.

Řízený rozhovor s klientem č.1

1) Už jste někdy zkoušel/a lanovou dráhu?

Ne, bylo to poprvé.

2) Jak se Vám to líbilo?

Měl jsem veliký strach, byl jsem nervózní a klepal jsem se. Byl jsem rád, že je asistent se mnou. A teď sem moc unavený, bylo to těžké. Ale dokázal jsem to.

3) Pomáhal Vám váš asistent?

Ano, pomáhal mi. Říkal mi co mám dělat. Povzbuzoval mě. Když byl u mě, neměl jsem takový strach.

4) Jste rád/a, že byl s Vámi?

Sám bych to nezvládl. Měl jsem strach.

Hodnocení

Z těchto rozhovorů vyplývá velice pozitivní vztah mezi asistentem a klientem, který je založen na důvěře. Klient překonal strach, což může být důležité při nácviku běžných situací v životě.

Řízený rozhovor s asistentem č.2

1) Absolvoval/a jste tento druh outdoorové aktivity poprvé?

Ano, poprvé.

2) Jaké jsou Vaše pocity?

Musím říci, že je to poměrně náročné. Mám strach z výšek. Některé části lanové dráhy mi daly zabrat. Ze začátku mi chyběla koordinace pohybu a neustálého kontrolování jištění. Můj klient to zvládal lépe než já. Dařilo se mu opravdu báječně. Vůbec nepotřeboval mou podporu. Získal si můj obdiv, „klobouk dolů“.

3) Jaká byla Vaše komunikace s klientem na dráze?

Téměř žádná. Klient mě na dráze předběhl a setkali jsme se až na jejím konci.

4) Co bylo pro Vás nejdůležitější při lezení?

Neustále kontrolovat jištění. A přemýšlet nad strategií, kterou zvolím pro překonání překážky.

Řízený rozhovor s klientem č.2

1) Už jste někdy zkoušel/a lanovou dráhu?

Ano, už několikrát.

2) Jak se Vám to líbilo?

Bylo to lehké, škoda že nezbyl čas pro těžší dráhu, která je tady vedle.

3) Pomáhal Vám váš asistent?

Já nepotřeboval pomoci. Zvládnul jsem to sám.

4) Jste rád/a, že byl s Vámi?

Byl jsem rád, že mohu být s ostatními kamarády.

Hodnocení

V tomto případě došlo u klienta a jeho asistenta téměř k výměně rolí. Najednou zde nebyl klient, který potřebuje podporu, ale sám asistent. Asistent přiznal velikou úctu ke klientovi. I toto může být velice prospěšné pro jejich profesní vztah v budoucnu.

4 Závěr

Bakalářská práce pojednává o možnosti rozvoje sociální komunikace u mládeže s mentálním postižením, která využívá sociální službu osobní asistence. V první kapitole práce jsem se zabývala pojmy zážitková pedagogika a zážitek. Popsala jsem možnosti zážitkových kurzů se zaměřením na outdoorové aktivity jako jsou turistika, lanové aktivity a orientační sporty.

V druhé kapitole jsem se zabývala pojmy mentální retardace a jejím členěním. Popisují specifika komunikace osob s mentálním postižením a vymezují definici mládeže. V další části teoretické práce popisují **funkci** nestátních neziskových organizací poskytujících asistenční službu. Zabývám se také profesním vztahem mezi uživatelem sociální služby a asistentem. Důležitou roli v oblasti poskytování podpory osobám s handicapem zastávají i dobrovolníci.

Třetí závěrečná část bakalářské práce je věnována šetření, které je rozděleno do tří oblastí. V první části jsem vyhodnotila dotazník, který byl pro asistenty a dobrovolníky poskytující podporu osobám s mentálním postižením. Z tohoto šetření vyplynulo, že většina osobních asistentů pracuje se svými klienty ve školním prostředí, nebo je doprovází domů, do škol apod., tedy neposkytují podporu klientům ve volném čase. Přes tuto skutečnost je zájem o zážitkový kurz ze strany asistentů značný. Téměř všichni jej považují za možnost jak svého klienta lépe poznat a zkvalitnit tak poskytovanou sociální službu. Tuto práci jsem psala v roli osobního asistenta, který má možnost po 8 letech praxe zhodnotit vztah mezi jím a klientem a stanovit si priority této práce jako jsou respekt ke klientovi, vhodná komunikace s klientem a být prostředkem k dosažení cílů, které si klient stanovil. V budoucnu bych všech získaných zkušeností chtěla využít při návrhu a realizaci zážitkového kurzu pro asistenty a jejich klienty v roli lektora zážitkové akce.

V další části jsem porovnávala individuální plány dvou klientů neziskové organizace z hlediska rozvoje komunikačních kompetencí za podpory asistenta. V tomto šetření se potvrdila důležitost práce osobních asistentů, kteří mají prokazatelný vliv na rozvoj komunikace a socializaci osob s mentálním postižením.

Poslední část je věnována řízeným rozhovorům s klienty a jejich asistenty, které poukazují na různorodost těchto vztahů. Asistent se často se svým klientem dostává do situací, ve kterých řeší míru poskytované podpory. Společné silné zážitky získané během zážitkového kurzu, přeměněné na zkušenost, mohou vztahy mezi asistentem a klientem pozitivně

ovlivňovat. Snadněji pak dosahují cílů zaměřených na rozvoj komunikace, které klientovi usnadňují orientaci ve společnosti.

5 Použitá literatura a prameny

- 1) CICVÁREK, I., WOLÁK, R. *Za školou*. Praha: Albatros Media a. s, 2011, 145 s. ISBN 978-80-7404-066-5
- 2) ČADILOVÁ, V., JŮN H., THOROVÁ, K. a kol. *Agrese u lidí s mentální retardací a s artismem*. Praha: Portál, 2007. 248 s. ISBN 978-80-7367-319-2
- 3) DRÁBKOVÁ, I. *Turistika a cykloturistika*. (Bakalářská práce) Brno: FSS MU, 2006
- 4) FISCHER, S., ŠKODA, J.: *Speciální pedagogika. Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7378-014-0
- 5) FRANC, D., ZOUNKOVÁ, D., MARTIN, A. *Učení zážitkem a hrou: Praktická příručka instruktora*. Brno: Computer Press, 2007. 201 s. ISBN 978-80-251-1701-9
- 6) FUHRER, T. *Sport a mládež: pro a proti*. (Diplomová práce) Brno: KSV MU, 2006
- 7) HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času. Současné trendy*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7376-473-1
- 8) MIKULÍKOVÁ, Z. *Hodnocení programů v lanovém centru žáky staršího školního věku*. (Bakalářská práce) Brno: KSV MU, 2011
- 9) VALENTA, M., MÜLLER, O. *Psychopedie*. 2. roz. vyd. Praha: Parta, 2004. 440 s. ISBN 80-7320-063-5
- 10) PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 3.vyd. Praha: Portál, 2002, 231 s. ISBN 80-7178-711-6
- 11) PELÁNEK, R.: *Příručka instruktora zážitkových akcí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. 208 s. ISBN 978-80-7376-353-6

- 12) PELÁNEK, R.: *Zážitkové výukové programy*. 1. vyd. Praha: Portál, 2010. 133 s. ISBN 978-80-7367-656-8
- 13) PIPEKOVÁ, J. *Osoby s mentálním postižením ve světle současných edukativních trendů*. 1.vyd. Brno: MSD, s.r.o., 2006. 208 s. ISBN 80-86633-40-3
- 14) PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, V. *Pedagogický slovník*. 3. rozš. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-579-2
- 15) SLOWÍK, J. *Komunikace s lidmi s postižením*. 1. vyd. Praha: Portál, 2010. 160 s. ISBN 978-80-7367-691-9
- 16) SMOLÍK, J. *Subkultury mládeže. Uvedení do problematiky*. 1. vyd. Praha: Grada, 2010. [ISBN 978-80-247-2907-7](https://www.isbn.cz/ISBN/978-80-247-2907-7)
- 17) ŠIŠKA, J. *Mimořádná dospělost*. UK Praha: Karolinum, 2005. 97 s. ISBN 80-246-0992-4
- 18) ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. 3. vyd. Praha: Portál, 2006. 200 s. ISBN 80-7367-060-7
- 19) ŠUSTROVÁ, M. a kol. *Diagnóza: Downov syndróm*. Bratislava: Perfekt, 2004. 240 s. ISBN 80-8046-259-3
- 20) TOŠNER, J., SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. 2.vyd. Praha: Portál, 2006. 148 s. ISBN 80-7367-178-6
- 21) UZLOVÁ, I. *Asistence lidem s postižením a znevýhodněním*. 1. vyd. Praha: Portál, 2010. 136 s. ISBN 978-80-7367-764-0
- 22) VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 4. vyd. Praha: Portál, 2008. 872 s. ISBN 978-80-7367-414-4
- 23) VÁŽANSKÝ, M. *Volný čas a pedagogika zážitku*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 1992, 64 s. ISBN 80-210-0428-2

24) www.dobrovolnik.cz

25) www.socialnipracovnici.cz

26) <http://cs.wikipedia.org/wiki/Ml%C3%A1de%C5%BE>