

Univerzita Karlova v Praze

Fakulta humanitních studií

Katedra studií občanské společnosti



DIPLOMOVÁ PRÁCE

Dobrovolnická činnost pro seniory z pohledu mladých dobrovolníků

Volunteering for elderly from the perspective of young volunteers

Student: Bc. Alina Anisimova

Vedoucí práce: PhDr. Tereza Pospíšilová, Ph.D.

Praha 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a s použitím pramenů a literatury řádně citovaných a uvedených v seznamu literatury. Práci jsem nevyužila k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s tím, že tato diplomová práce může být zveřejněna v elektronické knihovně FHS UK a může být využita i jako studijní text.

V Praze dne

.....

Bc. Alina Anisimova

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucí moje práce paní doktorce Tereze Pospíšilové za množství cenných rad, věnovaný čas a ochotu pomoci při psaní práce.

Chci také poděkovat respondentům za projevenou důvěru a poskytnutá zajímavá data, která byla nezbytná pro realizaci daného výzkumu.

Abstrakt

Tato diplomová práce je zaměřena na zkoumání dobrovolnické činnosti pro seniory z pohledu mladých dobrovolníků. V teoretické a empirické částech významná pozornost je věnována motivům pro zapojení do dobrovolnictví. Na základě získaných hodnocení dobrovolníků jsou rozepsány plynoucí pro dobrovolníky přínosy a komplikace. Další oblastí výzkumu jsou vztahy s vlastními prarodiči, jejich vliv na volbu začít dobrovolničit a na vývoj vztahu s klientem.

Klíčová slova

Dobrovolnictví, mládež, senioři, prarodiče, důvody, přínosy, komplikace

Abstract

This thesis is focused on the study of volunteering for seniors from the perspective of young volunteers. There is paid a significant attention in the theoretical and empirical parts to the motivations for involvement in volunteering. Obtained from respondents data imply benefits and complications described and grouped in the Research results part. Another area of research are relationships with volunteers' own grandparents; their influence on the decision to start volunteering and on the development of a relationship with the client.

Key words

Volunteering, youth, elderly, grandparents, motivations, benefits, complications

OBSAH

ÚVOD	7
Teoretická část	11
Pojem dobrovolnictví	11
Tendence rozvoje dobrovolnictví v ČR. Kvantitativní ukazatele	13
Mezinárodní srovnání v oblasti dobrovolnictví	15
Typy dobrovolnictví	19
Typy dle ICNPO	20
Formální / Nefornální.....	21
Členské / Programové.....	23
Motivace dobrovolníků	25
Senioři jako cílová skupina	27
Věk odchodu do důchodu.....	28
Problémy kterým čelí senioři	29
Dobrovolnictví mládeže	35
Pojem mládeže	35
Dobrovolnictví mladých lidí.....	37
Mezigenerační soužití – DOPSAT	38
Stereotypy	39
Empirická část	41
Cíl práce	41
Výzkumné otázky	43
Metodologie výzkumu	44
Metoda sběru dat	44
Výběr vzorku respondentů.....	46
Důvody pro zapojení do dobrovolnictví.....	47
Výsledky výzkumu	52
Druhy důvodů pro zapojení do dobrovolnictví.....	52
Vlastní prarodiče	73
Přínosy pro dobrovolníka.....	78
Komplikace.....	92
Závěr	105
Abecední seznam literatury:	112

ÚVOD

Téma moje diplomové práce je zaměřeno na zkoumání fenoménu dobrovolnictví mladých lidí ve vztahu k seniorům. Ve své práci se budu zabývat dobrovolnictvím mládeže. Téma je relevantní pro studia občanského sektoru, protože dobrovolnictví je jedním ze způsobů občanské participace. Pomoc seniorům patří k sociální sféře občanského života. Senioři jsou považováni za sociálně znevýhodněnou skupinu, a proto mladí lidé svou dobrovolnickou činností vyjadřují svůj postoj k problémům ve společnosti. Další možné motivace dobrovolníků (Clary, Snyder, 1999) budou zahrnuty do podkapitoly Motivace dobrovolníků.

Nelhostejnost vůči starším lidem se stává určitou občanskou pozicí, která se projeví i v dalších sférách občanské společnosti skrz aktivní reakce na současné děje.

Cílem mé práce je pochopit a prozkoumat dobrovolnickou činnost pro seniory z pohledu mladých dobrovolníků. Prostřednictvím hloubkových polostrukturovaných rozhovorů by mělo jít zjistit, co motivuje mladé dobrovolníky k danému typu dobrovolnictví. Jestli jejich motivace byla uspokojena a jaké další přínosy to mělo pro dobrovolníka. Tento cíl navazuje na diplomovou práci Lucie Kramosilové (Kramosilová, 2019), ve které se jí podařilo popsat změny mezigeneračního soužití.

Dobrovolnictví je činností vykonávanou z dobré vůle, a proto oblast, do které se člověk rozhodne jít jako dobrovolník, je výsledkem jen jeho volby. Proč se mladí lidé jednoho dne rozhodnou pomáhat seniorům je otázkou, na kterou se pokusím najít odpověď. Protože předpokládám, že mezi lidmi trávícími spolu volný čas, vzniká sociální vazba, bych si na tomto místě položila druhou výzkumnou otázku: „Jaký vztah se vytváří mezi dobrovolníkem a seniorem z pohledu dobrovolníků?“

Vycházím z vnímání dobrovolnictví jako jednoho z nástrojů řešení problému mezigeneračního soužití. V této práci se bude psát o vztazích dvou věkových a sociálních skupinách mezi kterými je celá generace - o mládeži a o seniorech.

Mládež je věková skupina, která disponuje více volným časem, který tráví dle svých představ. To, že se mladí lidé rozhodují jako dobrovolníci pracovat se seniory je jejich osobní volba, která může být v rozporu s předsudky vůči stáří ve společnosti, popsané v článku *An Inconvenienced Youth? Ageism and Its Potential.*, (North, Fiske, 2012). Avšak existence daného fenoménu znamená, že taková interakce probíhá a jako každý kontakt ovlivňuje oba účastníky. To, jak se mění pohled mladých lidí na starší, může měnit celkový pohled na takový jev jako je stáří, a to se všemi stereotypy s ním spojenými. Toto téma je relevantní z toho důvodu, že česká a evropská populace stárne, a proto se zvyšuje podíl starých lidí ve společnosti. Dle nejaktuálnějších informací dostupných na webových stránkách Českého statistického úřadu je průměrný věk 40,9 let u mužů a 43,7 let u žen. Hodnota indexu stáří se od roku vzniku samostatné České republiky zdvojnásobila: z 67 na 123 osob starších 65 let na 100 dětí ve věku do 14 let. (ČSÚ, 2018)

Dle OSN „se do roku 2050 očekává, že počet seniorů bude představovat dvojnásobek počtu dětí“. (OSN, 2014) Evropská komise v dokumentu Bílá kniha o současném trendu ve společnosti píše toto: „EU rychle stárne a očekávaná délka života dosahuje bezprecedentních čísel. Se střední délkou života 45 let se EU do roku 2030 stane „nejstarším“ regionem světa.

Nové rodinné struktury, měnící se populace, urbanizace a různorodější druhy pracovní kariéry mají dopad na způsob, jakým je budována sociální soudržnost.“ (Evropská komise, 2017) Vzhledem k rostoucí ekonomické zátěži ekonomicky aktivní skupina obyvatelstva již nadále nebude schopna zabezpečovat potřeby přibývajících lidí v důchodovém věku. Zatím všechny demografické analýzy i teorie modernizace ukazují, že stárnutí populací (především populací vyspělých zemí) je nezvratným procesem. Lze ho sice určitým způsobem pomocí ekonomických či sociálních opatření zmírnit, ale nedá se již zvrátit. Migrace bude mít do budoucna stále větší význam, ale ani migranti nezabrání stárnutí populací.

Na dopady, které stárnutí a změny ve věkové struktuře budou mít, se lze na základě dostupných demografických údajů a vhodných metod dopředu připravit. Se stárnutím je potřeba počítat. Jde o jev, který ještě nikdy za celou dobu existence lidstva nebyl zaznamenán. Tak jak bude přibývat starších i velmi starých osob v populaci, je třeba si uvědomit jejich rostoucí potřeby.

Do popředí zájmu nejenom politiků se v souvislosti se stárnutím dostává i otázka lidských zdrojů a lidského kapitálu. Lidské zdroje a lidský kapitál jsou největším bohatstvím každé země a odvíjí se od nich blaho celé společnosti. To, jak dokážeme využít potenciál lidí ve vyšším věku, ovlivní budoucí kvalitu života všech členů společnosti. Začleňování seniorů do sociálního života je jedním z hlavních nástrojů pro vyrovnání s problémy vyvolanými demografickými změnami. Na jednu stranu se musíme zamyslet nad tím, jak připravit veřejnost, která bude muset počítat s jednáním se seniory, jako s početnou věkovou skupinou. Na druhou stranu se složení společnosti bude měnit. Také se přirozeně zvýší poptávka po zboží a službách charakteristických pro starší konzumenty. Jedná se o velkou příležitost pro podniky, jejichž činnost bude zaměřena na skupinu seniorů. Již dnes můžeme vidět, že starší lidé mají na sebe zaměřené časopisy, televizní pořady, kavárny, kulturní centra a dokonce i politické strany.

Je potřeba počítat s tím, že se starší lidé chovají způsobem, který je přirozený a normální pro lidi v jejich věku. Avšak mladší lidé, vzhledem k lepší fyzické a psychické kondici, si ta specifika nemusí uvědomovat. V případě nepochopení dochází k odporu vůči starším lidem. Jelikož směřujeme k tomu, aby se ve společnosti všem žilo šťastně a vyváženě, musíme zmírnit možné sociální napětí. Předpověď OSN odkazuje na rok 2050, to znamená, že se týká lidí, kterým je v současnosti 30-35 let. Dobrovolníci, kteří se účastnili mého výzkumu, jsou v průměru o 5-7 let mladší. Nepovažuji ten časový úsek za podstatný, ani pro výměnu generací. A proto se daná předpověď bezprostředně týká respondentů daného výzkumu a jejich vrstevníků obecně. Mladí lidé, kteří dobrovolničí již dnes, budou mít ve svém důchodu zkušenosti s mezigeneračními vztahy, které mohou příznivě ovlivnit jejich postoj k lidem jiných věkových skupin.

V případě obrácení se ke službám mladých dobrovolníků v budoucnu již z pozice starších klientů mohou mít větší pochopení a adekvátnější očekávání jelikož specifika dobrovolnické práce jsou jim již známy. Vzhledem k dvojnásobnému počtu seniorů k počtu dětí očekáváme dvakrát vyšší poptávku po službách pro starší lidi. Výchova chápatého přístupu ze strany důchodců může začít již za jejich mladí, během kterého se seznámili s dobrovolnickou prací pro seniory.

Cílem této práce však není nabídnout způsoby, jak zlepšit život dnešním seniorům. Ale pokud se moje diplomová práce pro někoho stane důvodem pro zamýšlení o tomto tématu, nebo se dokonce rozhodne dobrovolničit, bude to znamenat, že nebyla zbytečná.

Individualismus je současným trendem ve vyspělých zemích. V roce 2000 ve své knize „Bowling alone“ profesor Harvardské univerzity Robert Putnam popisuje proces úpadku občanské participace v USA a přemýšlí o jeho příčinách. Mezi příčiny patří odchod žen do placeného zaměstnání (předtím se zabývaly neplacenými aktivitami), neustálé stěhování Američanů (za prací) a demografické transformace. Sám Putnam ale považuje individualizaci za hlavní důvod poklesu členství v OOS, všechny ostatní příčiny jsou pouze doplňkové. Jako příklad individualistického chování autor píše o lidských preferencích komunikovat online a upřednostňovat virtuální skupiny před osobními schůzkami (Putnam, 2000). V této souvislosti mladí dobrovolníci hrají roli pro posilování občanské společnosti a spojování uzavřeného prostředí, ve kterém se nachází senioři s většinovou komunitou vedle. Tím prostředím rozumím domovy pro seniory, kulturní a vzdělávací centra a vůbec domácnost seniora, tj. místa setkání dobrovolníka s klientem.

V empirické části bude proveden výzkum prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů se zúčastněnými respondenty. V rámci výzkumu se budu snažit najít odpovědi na následující výzkumné otázky: VO1: Jaké jsou důvody pro zapojení mládeže do dobrovolnictví pro seniory? VO2: Jak se vytváří vztah mezi dobrovolníkem a seniorem z pohledu dobrovolníků?

Více o výzkumu, jeho cílech, účastnících a způsobu provedení je v třetí části diplomové práce.

Teoretická část

Pojem dobrovolnictví

Dobrovolnictví patří k činnostem, které se dělají ve prospěch cizích osob bez nároku na odměnu a může mít různé formy a projevy.

Díky satelitnímu účtu máme přehled o základních ukazatelích neziskových organizací. V popisu satelitního účtu je dobrovolník je chápan jako „osoba, která není pro danou dobrovolně vykovávanou činnost v pracovním poměru k ekonomickému subjektu, a svoji činnost vykonává bez peněžní či jiné odměny nebo právního nároku (vč. nároku vyplývajícího z povinností členů dle stanov nebo jiných usnesení ekonomického subjektu). Dobrovolnými pracovníky mohou být jak dobrovolníci, odvádějící ekonomickému subjektu práci dle zákona č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě, tak další osoby vykonávající práci v organizaci bez nároku na odměnu (nehonorovaní členové správních a kontrolních orgánů, členové ekonomického subjektu a ostatní osoby).“ (ČSÚ, 2017)

Na dobrovolníky, kteří vykonávají činnost v rámci akreditovaných programů dobrovolnické služby, se nahlíží dle zákona č. 198/2002 Sb. Zákon o dobrovolnické službě vymezuje 3 oblasti působení dobrovolníků:

1. „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,
2. 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

3. pomoc při uskutečňování rozvojových programů a v rámci operací, projektů a programů mezinárodních organizací a institucí, včetně mezinárodních nevládních organizací.“ (Zákon o dobrovolnické službě č. 198/2002 Sb., v platném znění)

Pomoc seniorům, kteří zároveň patří do skupiny sociálně znevýhodněných osob patří do bodu 1. Naplňování jedné z kategorií se může prolínat s zasahováním do dalších kategorií. Například, v době COVID dobrovolníci pomáhají lidem kteří se ocitli v nouzi. Senioři se stali nejčastějšími příjemci dobrovolnické pomoci za pandemie, kterou lze považovat za globální pohromu. Omezení návštěv veřejných míst kvůli většímu riziku onemocnění vedlo k potřebě účastí další osoby která by pomohla uspokojit každodenní základní potřeby. Doručení potravin, léčiv a roušek jsou jedněmi z hlavních činností dobrovolníků v rámci pomoci ohroženým jedincům. (Červený kříž, 2020)

V ostatních případech, nespádajících do akreditovaných programů, je pojem dobrovolnictví chápán širěji. V návrhu Konceptce rozvoje dobrovolnictví v České republice 2019-2025 je dobrovolnictví definováno následovně: „Činnost vykonávána dobrovolníkem dobrovolně v dobrovolnických centrech a dobrovolnických organizacích, nejedná se pouze o formální dobrovolnictví dle zákona č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické službě), ale také o další dobrovolnickou činnost realizovanou mimo akreditované programy/projekty.“ (Hruška, Hrušková et al., 2018) Podmínka zapojení do akreditovaného programu nebyla v rámci výzkumu nastavena. Avšak nevylučuje to potenciální zapojení respondentů do jednoho z nich.

V rámci dalšího dokumentu, Analýzy o stavu dobrovolnictví v ČR, vypracovaného stejným autorským týmem, se na dobrovolníka nahlíží jako na „člověka, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, svoji energii, vědomosti a

dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti. Role dobrovolníka je vymezena tak, aby se příjemce pomoci na ni mohl v rámci dohodnuté spolupráce spolehnout.“ (Hruška, Hrušková et al., 2018)

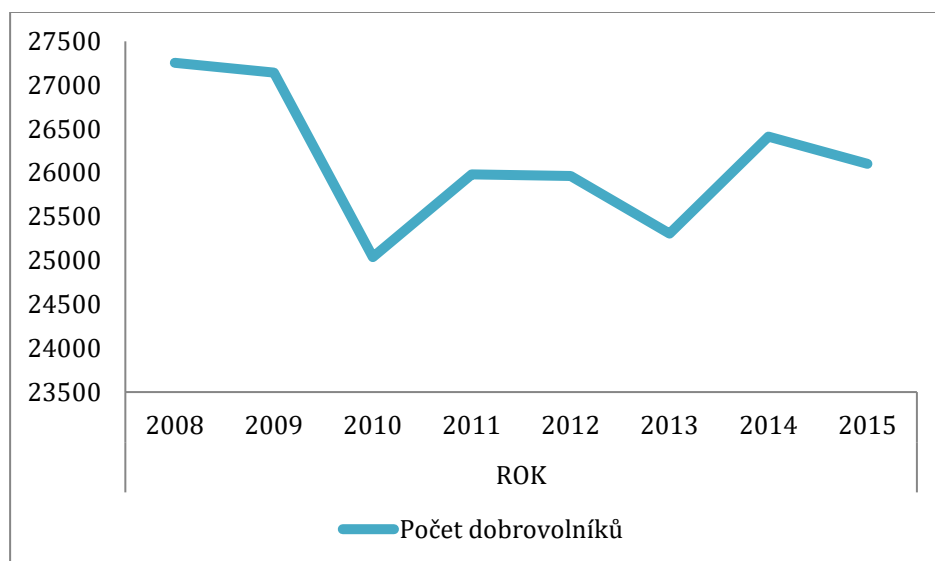
Typ dobrovolnictví, zkoumaného v rámci dané diplomové práce, lze souhrnně označit jako veřejně prospěšné formální programové dobrovolnictví. Podrobněji o typech dobrovolnictví v podkapitole Typy dobrovolnictví.

Mezi experty nepanuje jednotný názor na to, jak definovat současné dobrovolnictví. Obvykle je na dobrovolnictví nahlíženo jako na pomoc jiným lidem, která je vykonávána ze svobodné vůle a bez nároku na odměnu. Někdy je za dobrovolnictví považována jen pomoc, která je vykonávána prostřednictvím nějaké (neziskové, občanské) organizace a někdy podmínka formální organizovanosti není vyžadována. „Dobrovolník je člověk, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, svoji energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti. Role dobrovolníka je vymezena tak, aby se příjemce pomoci na ni mohl v rámci dohodnuté spolupráce spolehnout.“¹ 2 Lze najít dokonce tři typy pomoci, které bývají zařazovány pod pojem dobrovolnictví. Jde o pomoc ve formě: 1. neplacené práce, 2. občanského aktivismu a 3. zábavy, resp. volnočasové aktivity.³ Dobrovolnictví je občanskoprávní vztah. Obvykle je uzavřen písemně, ale v řadě případů je uzavřen pouze ústně.“ (Hruška, Hrušková et al., 2018)

Tendence rozvoje dobrovolnictví v ČR. Kvantitativní ukazatele

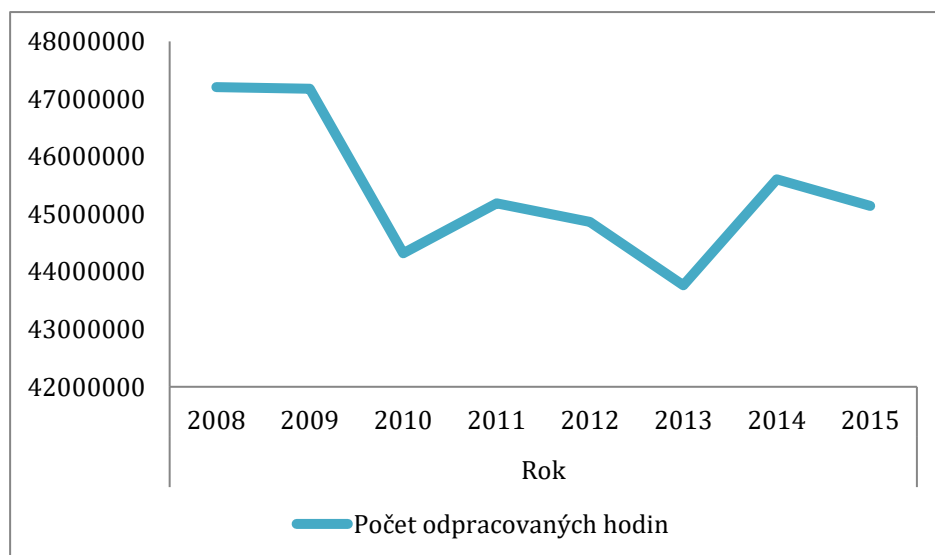
Dobrovolnictví lze zkoumat taky pomocí kvantitativních ukazatelů, kterými například jsou počet dobrovolníků a počet odpracovaných jimi hodin. V již zmiňovaném dokumentu Analýza dobrovolnictví v ČR (Hruška, Hrušková et al., 2018) je představena tabulka, vypracovaná na základě dat z ČSÚ (viz příloha). Na základě dat z tabulky jsem sestavila grafy, které znázorňují vývoj počtu dobrovolníků a odpracovaných jimi hodin během let 2008 – 2015.

Graf č. 1: Vývoj počtu dobrovolníků v ČR v letech 2008 - 2015



Zdroj: *Satelitní účet neziskových institucí 2008–2015*. 2018. ČSÚ. V *Analýza o stavu dobrovolnictví v zahraničí a ČR*. (Hruška, Hrušková et al., 2018)

Graf č. 2: Vývoj počtu odpracovaných dobrovolníky hodin v letech 2008-2015



Zdroj: *Satelitní účet neziskových institucí 2008–2015*. 2018. ČSÚ. V *Analýza o stavu dobrovolnictví v zahraničí a ČR*. (Hruška, Hrušková et al., 2018)

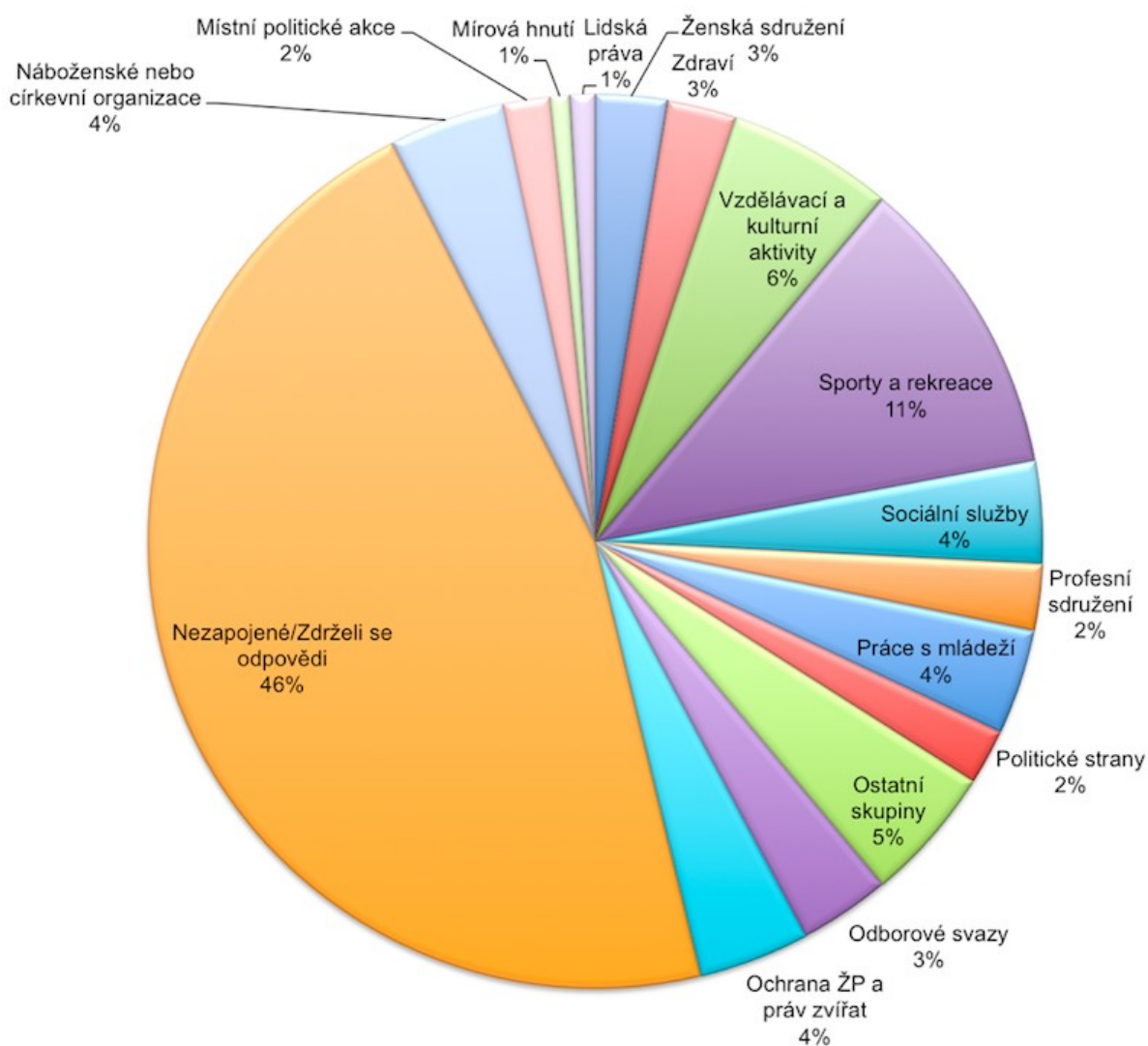
Je na první pohled vidět shodný tvar křivek. Souběžné propady a růsty obou ukazatelů vypovídají o neměnném průměrném počtu vypracovaných hodin na 1 dobrovolníka. Největší pokles byl zaznamenán mezi lety 2009 a 2010, další mezi lety 2012 – 2013 byl dvakrát mírnější. Výrazný nárůst počtu dobrovolných pracovníků a spolu s tím odpracovaných jimi byl zaznamenán v roce 2014 v porovnání s rokem předchozím. Vývoj v druhém desetiletí 21.století lze nazvat cyklickým bez výrazné tendence k poklesu či neustálému nárůstu.

Mezinárodní srovnání v oblasti dobrovolnictví

Je zajímavě se podívat na zastoupení jednotlivých oblastí dobrovolnictví v ČR, které vypovídá o charakteru dobrovolnictví v zemi. Díky provedenému srovnání znázorněnému v tabulce (viz. příloha) máme přehled o podílu zletilých osob v ČR, Nizozemí, Rakousku, Německu, Slovensku a Polsku, kteří vykonávají dobrovolně neplacené práce dle sektoru. Dané 4 země byly vybrány z důvodu společných s Českem hranic. (Hruška, Hrušková et al., 2018) Nizozemí však bylo přidáno z důvodu „rozvinuté podpory a managementu dobrovolnictví od státní po regionální úroveň včetně dobrovolnických center s dlouhou tradicí. Sousední státy jsou pak v mnohém podobné České republice, a to i v oblasti dobrovolnictví, a jejich dobrá praxe je tak snáze přenositelná i do českého prostředí.“ (Hruška, Hrušková et al., 2018) Součet procentuálního rozložení podílů mezi oblastmi dobrovolnictví nedávají v součtu 100%: většinou méně, jednou – víc (Nizozemí). Částka přesahující 100 vypovídá o zapojení 1 potenciálního respondenta do vícero oblastí neplacené práce najednou. Nemusí to ale říkat o všeobecném dobrovolnictví zletilých Nizozemců, ale teoreticky může. Částka pod 100 naopak vylučuje hypotézu o dobrovolničení každého plnoletého obyvatele i kdyby 1 dobrovolník mohl být zařazen pouze do 1 oblasti. Podíl osob neříká o celkovém počtu dobrovolníků ale o zájmu mezi obyvatele se podílet na rozvoji konkrétní oblasti.

Na základě dat získaných z tabulky zmiňované v předchozím odstavci jsem sestavila diagram pro zastoupení oblasti v ČR. Nedostatek informací o kombinacích zájmů nizozemských respondentů, které v souhrnu činí víc jak 100%, znemožňuje tvorbu diagramu pro tuto zemi. A proto z mého pohledu není relevantní sestavovat grafy pouze pro část zkoumaných zemí. Níže je představen diagram znázorňující zastoupení osobami ve věku 18+ jednotlivých sfér občanského sektoru v ČR.

Diagram č. 1: Podíl zastoupených oblastí dobrovolnictví v ČR v letech 2008-2010



Zdroj: Zpracováno na základě dat z *Analýza dobrovolnictví v ČR* (Hruška, Hrušková et al., 2018)

Nejvíce zastoupenou oblastí je Sport a rekreace. Dále následují vzdělávací a kulturní aktivity a náboženské a církevní organizace. A to nejen v ČR - v ostatních zemích dané sféry taky patří mezi nejvíce volenými.

Oblast sociálních služeb následuje hned po první trojici. 3,7% lidí starší 18 let se věnují dané oblasti služeb. V průměru to vychází na 979 osob dobrovolnicích v sociálních službách (průměr všech dobrovolných pracovníků (26479) v letech 2008-2010 vynásobíme 0,037 (3,7%)). Průměrný počet všech osob ve věku 15-64 let mezi lety 2008-2010 vychází na 7 408 tis. osob. (viz. tabulka v příloze) Dobrovolníci v sociálních službách (v průměru 979) tvoří 0,013% od celkového počtu obyvatelstva ze shodné věkové skupiny. Nedostatek přesných informací o počtu osob 18+ (horní hranice není dána) je určen zahrnutím do skupiny ekonomicky aktivních osob ve věku 15-17 let a vyloučením osob starších 65+. Tím pádem je toto počítání pouze orientační.

Dobrovolnictví mládeže pro seniory je součástí fenoménu dobrovolnictví které má své obecné rysy a charakteristiky. Nyní bych se zastavila u definice dobrovolnictví. Co se může považovat za dobrovolnickou činnost? Považuji za nezbytné obrátit se k definicím různých autorů za účelem vytvoření teoretické báze diplomové práce. Důraz na určitou vlastnost dobrovolnění se odvíjí od osobního pohledu autora na tuto činnost. Pro získání širšího rozhledu nabízím možnost seznámit se s různými názory. Na dobrovolnictví se může nahlížet jako na „práci bez peněžní odměny nebo právních závazků, poskytnutou osobám žijícím mimo dobrovolníkovu vlastní domácnost“ (ČSÚ v Frič, Pospíšilová, 2010). Mezi základní charakteristiky dobrovolnictví patří to, že se jedná o činnost bez nároku na finanční odměnu, vykonávanou z dobré vůli, tj. bez donucení, a ve prospěch druhých. Mezinárodní organizace práce, sídlící v Ženevě (ILO: International Labour Organization), zveřejnila manuál, který vznikl za účelem vytvoření systematických údajů a standardů, na základě kterých bude možné měřit a poskytovat mezinárodní údaje o dobrovolnické činnosti. Definice obsažená ve vodítku zní jako „činnost nebo služba která nemá nárok na odměnu,

je vykonávána ve prospěch společnosti, životního prostředí a lidí mimo blízké okolí dobrovolníka.“ (ILO, 2011: s.11)

Zastřešující orgán pro dobrovolnický sektor ve Velké Británii, Národní rada pro dobrovolné organizace (NCVO: National Council for Voluntary Organisations), uvedl na své webové stránce definici a vládní podmínky k dobrovolnické činnosti. Za dobrovolníka se považuje bytost která *si rozhodla věnovat svůj čas a energii pro blaho jiných lidí aniž by byla za to placená.* (NCVO, 2020) Podmínky uložené vládou Velké Británie doplňují definici a upřesňují rozsah dobrovolnických činností. Mezi tyto činnosti patří dobrovolničení pro:

- Charitativní organizace,
- Dobrovolné či komunitní skupiny,
- Sociální podniky,
- Organizace veřejného sektoru, například v oblast zdravotnictví, policie anebo požární ochrany. (NCVO, 2020)

Faktory které znemožňují nahlížet na vykonávanou aktivitu jako na odpovídající standardům kladeným na dobrovolnickou činnost:

- Pomoc členům rodiny,
- Finanční odměna přesahující výši nezbytných výdajů dobrovolníka,
- Uzavření pracovní smlouvy mezi dobrovolníkem.. (NCVO, 2020)

Tento zákaz se však nevztahuje na dobrovolnickou dohodu která být může.

Definice pocházející z různých částí Evropy mají společné rysy což říká o obdobném pohledu na dobrovolnictví na území Evropy. Můžeme vydělit opakující se charakteristiky:

- Pomoc rodině, kamarádům a blízkým lidem se za dobrovolnictví považovat nemůže,
- Práce je dobrovolná,

- Proplácejí se pouze cestovní a jiné náklady nezbytné pro poskytnutí pomoci či zajištění akce. Není jednoduché si určit hranici kde se nezbytnost stává něčím větším. (NCVO, 2020)

Smluvní vztah je závazkem pro obě strany. Organizace je vystavena permanentnímu riziku spojenému s prudkým odchodem pracovní síly. A to přestože se mezi dobrovolníkem a organizací může být sepsána smlouva. Dle Věcného záměru zákona o dobrovolnictví (Ministerstvo vnitra ČR, 2015: s. 4) obsahem takové smlouvy musí být minimálně 3 aspekty:

1. Místo výkonu,
2. Předmět činnosti,
3. Doba výkonu dobrovolnické činnosti

Definice dobrovolnictví se mohou lišit v moment když se začne provádět konkretizace činností dle způsobu a okolností, za kterých se uskutečňují. Ať jde o pomoc určitému jednotlivci, nebo dobrovolná činnost je vykonávána vyloženě v rámci neziskové či jiné organizace. Odlišné účely a motivace dobrovolníků, rozsah zboží a služeb které figurují během celého procesu by se chtěly kategorizovat . V tento okamžik narazíme na situaci kdy potřebujeme specializované definice vhodné pro úzce zaměřené oblasti dobrovolnictví. V následující podkapitole budou představeny různé typy dobrovolnictví.

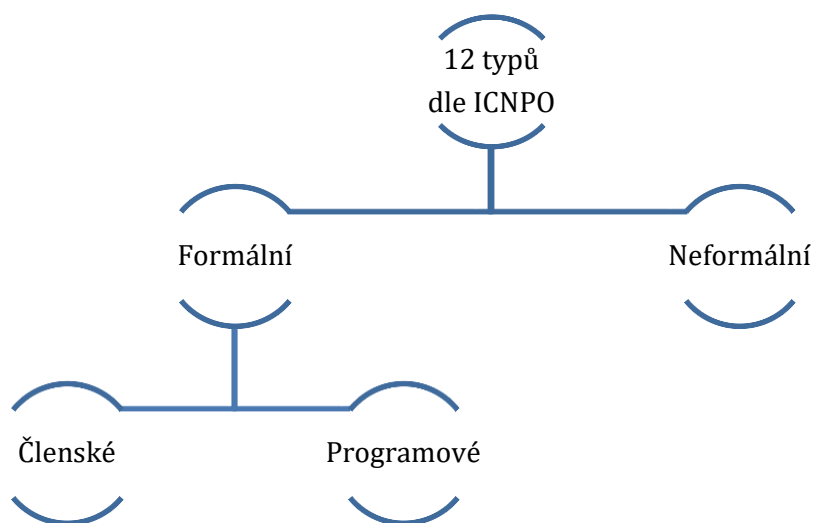
Typy dobrovolnictví

Při popisu dobrovolnictví se můžeme řídit různými typy otázek. Například, komu, jak a proč pomáhám? Vzhledem k cílové skupině půjde o veřejně prospěšné dobrovolnictví (ne vzájemně prospěšné) atd. Dobrovolnictví může být kategorizováno dle různých parametrů.

V literatuře lze nalézt rozdělení dle účasti organizace v procesu dobrovolnictví na formální (organizované) a neformální (neorganizované) dobrovolnictví. Formální dobrovolnictví se dále dělí na členské a programové.

Typy dle ICNPO

Mezinárodní klasifikace neziskových organizací (ICNPO) vyděluje 12 typů neziskových organizací dle oblasti ve které působí. Oblasti jsou následující: rekreace (kultura, sport), vzdělání, zdraví, sociální služby, životní prostředí, komunitní rozvoj, legislativa (právo, advokacie a politika), filantropie, mezinárodní aktivity (podpora vzájemného přátelství na mezinárodní úrovni, ochrana lidských práv), náboženství, profesní a hospodářské komory a ostatní. (Salamon, Anheier, 1996)



Skupina sociálních služeb

Mnou vybraná oblast spadá pod čtvrtou kategorii sociálních služeb. Kromě péče o starší lidí jsou tam zahrnuty následující podoblasti: péče o děti, mládež, rodinné

služby, pomoc zdravotně postiženým, pomoc uprchlíkům. Americký psycholog Penner popisuje servisní dobrovolnictví jako „služby poskytované určitým skupinám obyvatelstva: dětem, seniorům, LGBT“ (Penner, 2002) Dokonce tam zahrnuje i pomoc zvířatům jako součásti společnosti.

Formální / Neformální

Dobrovolnictví můžeme dle způsobu vykonávání práce rozdělit na formální a neformální. Formální dobrovolnictví lze prostřednictvím statistických údajů monitorovat a tedy v porovnání s neformálním dobrovolnictvím snadno sledovat. Evidence dobrovolníků v organizacích nám umožňuje plošně sledovat jak se vyvíjí počet dobrovolníků, odpracovaných hodin i oblasti jejich aktivit.

Naproti tomu pomoc poskytovanou dobrovolníky neformálně, z vlastní iniciativy nelze snadno evidovat a měřit, protože není vykonávána pod záštitou organizací. Význam neformálního dobrovolnictví tím ale neklesá a je velmi důležité i tomuto druhu dobrovolnictví věnovat pozornost.

Formální dobrovolnictví

Formální dobrovolnictví, též. organizované, je „neplacenou pomocí skrze skupiny, kluby nebo organizace ve prospěch druhých lidí nebo prostředí, např. ochrana přírody, zlepšování veřejných prostor apod.“ (Frič, Pospíšilová, 2010) Podstata obou typů dobrovolnictví je totožná. Jak u formálního tak i u neformálního dobrovolnictví se nepředpokládá finanční odměna, donucování a pomoc osobám žijícím ve jedné s dobrovolníkem domácnosti. V rámci formálního dobrovolnictví organizace vystupuje jako prostředník mezi dobrovolníkem a příjemcem jeho pomoci.

Formálností se rozumí fungování dobrovolníků pod záštitou organizace s právní formou, fungující dle svých předpisů. (Novotná, 2008) Dobrovolník se může

předem seznámit s posláním jednotlivých neziskových organizací a vybrat si tu, která nejvíce koresponduje s jeho osobními požadavky. Tvorba nabídky dobrovolnických programů, identifikace a oslovení cílové skupiny dobrovolníků jsou záležitostmi organizace. Dobrovolník se podílí na bezprostřední realizaci pomoci, zatímco organizace se stará o veškerou související administrativu. Nevýhodou pro dobrovolníka je nutnost přizpůsobit se a vykonávat aktivitu určenou organizací v daný čas a na dané lokalitě. Formální dobrovolnictví se vyznačuje menší mírou flexibility a osobní svobody. (Mitani, 2014)

Pro dlouhodobé setrvání v organizaci musí dobrovolník disponovat potřebnými znalostmi a dovednostmi, aby mohl přispívat k naplnění poslání organizace. Naproti tomu pomoc sousedům a známým na bázi reciprocity dobrovolníkovi umožňuje individuálně plánovat vykonávání pomoci v souladu s jeho běžným životem. (Musick, Wilson, 2007) „Neformální struktury utvářejí aktéři podle svých individuálních zájmů, zatímco formální struktury jsou vytvářeny jako funkční pro dosahování organizačních cílů.“ (Novotná, 2008)

Mitani (2014) ve svém výzkumu došel k závěru, že účast ve formálním dobrovolnictví se přímo odvíjí od socioekonomického statusu jedince. Ve formálním dobrovolnictví jsou častěji zapojeni vedoucí zaměstnanci a špičkoví profesionálové, obecně lidé s vyšším dosaženým vzděláním. U neformálního dobrovolnictví nebyla tato vazba prokázána.

Neformální dobrovolnictví

Dobrovolnictví je rozsáhlá činnost kterou si člověk mimo jiné může vykonávat aniž by si uvědomoval že je dobrovolníkem. V případě neformálního dobrovolnictví osoba není členem organizace, není zapojena do projektu ale přesto vykonává dobrovolnickou práci.

„Neformální dobrovolnictví je považováno za jednu ze složek sociálního kapitálu a poskytuje širokou škálu vzájemné pomoci a spolupráce mezi jednotlivci v

komunitách.“ (Hruška, Hrušková et al., 2018). Z toho vyplývá že dobrovolnictví tvoří a posiluje již existující sociální vazby. Charakteristické rysy neformálního dobrovolnictví tím pádem mohou být odvozeny od principů sociálního kapitálu. Mezi základní patří: reciprocita, jako „podstatná vlastnost sociálního kapitálu (často na principu logiky závaznosti daru)“. (Smart, 1993 v Vajdová, Musil, 2006). Tento princip může být použitelný pro neformální dobrovolnictví jehož plnění očekáváme v rámci jedné komunity. Dá se očekávat že dobrovolníkovi taky bude poskytnuta pomoc v případě potřeby. Sociální kapitál a tak i neformální dobrovolnictví jako jeho součást „zvyšuje vnitroskupinovou soudržnost a důvěru“. (Lewandowski, 2006 v Vajdová, Musil, 2006)

Neformální dobrovolnická participace je často definována jako „trvajících, neplacených služby, které jednotlivci poskytují mimo formální strukturu organizace“. (Frič, Pospíšilová, 2010) Na rozdíl od formálního dobrovolnictví jedná se o pomoc poskytovanou jednotlivci svému okolí, aniž by byl členem dobrovolnické organizace. Stálost ani četnost poskytované pomoci se dle definice neliší od formálního dobrovolnictví. Jedná se o „dobrovolnictví vykonávané v rámci neformálních vazeb, jako například v sousedství, komunitě“. (Hruška, Hrušková et al., 2018) Patří sem například pomoc s nákupem, zahradní výpomoc, odvoz do práce a další. Dokonce sousedské výpomoci se věnuje 72% neformálních dobrovolníků. Potom následují servisní a advokační činnosti. (Frič, Pospíšilová, 2010) Ve formálním dobrovolnictví organizace vystupuje jako zprostředkovatel mezi poskytovateli a příjemci pomoci. Dobrovolníkům mohou být nabídnuty programy, určené pro pomoc skupinám ke kterým by se ti samostatně těžko dostali. U neformálního dobrovolnictví je záležitostí samotného dobrovolníka si vyhledat oblast ve které by chtěl a mohl být nápomocný.

Členské / Programové

Podle stylu vedení dobrovolníků se dobrovolnictví dělí na členské a programové. V důsledku nízké profesionalizace jsou i členské organizace nazývány

„amatérskými“. Především z důvodu absence nebo značně omezeného počtu placených zaměstnanců s vyššími kompetencemi v oboru.

Dvě třetiny všech organizací s členským dobrovolnictvím působí na lokální úrovni, tj. grass-roots. Členské organizace sledují užší cíle: prospěšnost svému okolí, nebo vzájemnou prospěšnost členů. Programové organizace se specializují na řešení problémů na regionální úrovni nebo vyšší. (Frič, Pospíšilová, 2010)

Členské

Členství v organizaci je základním předpokladem členského dobrovolnictví. Dobrovolník je v tomto případě aktivním členem, který se podílí na rozhodování v organizaci, jíž je členem.

„Dle statistik 80% organizací v České republice tvoří občanská sdružení, která fungují na členském principu.“ (Frič, Pospíšilová, 2010) Spolek, dříve občanské sdružení, je zvláštní formou právnické osoby. (§214 NOZ) Po zveřejnění NOZ se právní forma občanských sdružení změnila na spolky. (§3014 NOZ) Příkladem spolku jsou dobrovolní hasiči, skauti či včelařský nebo rybářský svaz.

„9 z 10 dobrovolníků v ČR pracuje pro organizaci, ve které mají členství.“ (Pospíšilová, 2018) Formální dobrovolnictví se tedy z 90% odehrává formou členství.

Programové

„Formální dobrovolnictví nečlenů se odehrává v rámci dobrovolnického programu, proto „programové“ (Pospíšilová, 2018) Organizace vytvářejí programy, které mají jasně danou strukturu a cíle o jehož naplnění usilují. Charakteristické je pro tyto programy časové omezení. Dobrovolník se může

zapojit do jím vybraného programu, aniž by se stal členem této organizace. Díky tomu lze do dobrovolnické činnosti alespoň krátkodobě zapojit potenciální zájemce z řad nečlenů. Mezi nejvýznamnější projekty podporující seniory a mezigenerační soužití patří například „3G – tři generace“ (Hestia, z. ú.) a skupina projektů „Old’s cool“ (Elpida, o.p.s.). V dnešní době je fyzická přítomnost seniorů ve větší skupině příliš riskantní. To seniorům na druhou stranu otevírá příležitost naučit se používat prostředky pro online komunikaci a scházet se virtuálně.

Nově vznikající projekty často reagují na situaci spojenou s pandemií COVID-19. Například, „Nákupy seniorům“ (ADRA, o.p.s.) a „Zvládneme to“ (Český Červený Kříž).

Ve svém výzkumu jsem oslovila mladé dobrovolníky kteří pomáhají seniorům. Všichni respondenti se scházeli se seniory v určených zařízeních. 6 ze 7 docházejí do domovů pro seniory a 1 do kulturního centra. Účastníci výzkumu nejsou členové organizace, avšak dochází tam pravidelně minimálně jednou týdně. Na této etapě můžu tvrdit že provedený výzkum se týká formálního programového dobrovolnictví.

Motivace dobrovolníků

První výzkumnou otázkou, kterou jsem položila při psaní dané diplomové práce, je: „Co vede mladé lidi k dobrovolnické činnosti pro seniory?“ Pro odpověď na danou otázku měli bychom se soustředit na důvody pro zapojení do dobrovolnictví obecně. Motivy dobrovolnictví mládeže mohou být různorodé například: navázání kontaktů, které mohou být užitečné v kariéře, duševní rozvoj, získání zkušeností prostřednictvím spolupráce s různými lidmi a organizacemi.

Zkoumání motivací mladých lidí je zajímavé taky z dalšího důvodu. Nové servisní organizace, kam patří pomoc seniorům, dle výzkumu Friče a Pospíšilové „nejsou záležitostí mladých lidí, ale lidí v dospělém reproduktivním věku 45-54 let“. (Frič, Pospíšilová, 2010)

Již v roce 1999 Gilem Claryem a Markem Snyderem byly popsány šest funkcí dobrovolnictví které se staly součástí Inventáře funkcí dobrovolníka (VFI: Volunteer Function Inventory) (Clary, Snyder, 1999: s. 157). První funkce inventáře dobrovolníka je spojena s projevem hodnoty humanitarismu a jiných osobních hodnot určujících pozitivní a tolerantní postoj ke skupině které se chystají pomoci.

Ochota poznávat svět a získat si neobvyklé dovednosti a zkušenosti je druhou motivací. Daná funkce je odvozena od zvědavosti dobrovolníka která ho pohaní přibližovat se k objektu svého zájmu.

Dále následuje touha po osobním rozvoji, posílení sebevědomí a to prostřednictvím dobrovolnické činnosti. Dokonce dle výzkumu provedeném Katedrou psychologie Filozofické fakulty Ostravské univerzity v Ostravě nejvíc preferovanou motivací dobrovolníků je právě sebeurčení. Osobního rozvoje se v daném kontextu dosahuje prostřednictvím vlastní kreativity, nezávislosti a svobody volby co a kdy bude dělat. (Mlčák, 2014: s.368)

Čtvrtá motivace je spojena s cíli dobrovolníka získat zkušenosti, které budou užitečné pro jeho kariéru. Na dobrovolnictví se nahlíží jako na vhodnou možnost pro mladé lidi se ponořit do své budoucí potenciální profese a na základě získaných zkušeností udělat volbu ohledně vzdělání. Kromě toho, návyky a dovednosti které dobrovolník získává prostřednictvím vykonávání dobrovolnické činnosti mohou být užitečné v kontextu jeho profesionální kariéry. (Hruška et al., 2018: s. 12)

Pátou motivací je sociální motivace dobrovolníků, kteří si pomoci dobrovolnické činnosti chtějí posílit již existující sociální vztahy s lidmi, kteří se *zajímají o sociální služby*.

Šestá východiskem proč jedinec začíná dobrovolničit je jeho touha se zbavit negativních emocí, spojených s pocitem viny či jeho osobními problémy.

V literatuře se lze setkat se dvěma základními přístupy k motivaci dobrovolníků: psychologickým a sociologickým. Psychologický přístup vychází z myšlenky, že

dobrovolník je osoba, která dobrovolnictví vykonává jen díky svému vrozenému soucitu vůči druhým. Altruistické motivy se považují za klíčové a „vhodné“ prvky definující dobrovolnictví. Získané zkušenosti, respekt okolí, nové známé i dobrý vnitřní pocit lze však považovat i za zisk, který koncept nezištnosti zpochybňuje. Zásada „co je prospěšné pro celek, je prospěšné i pro mě“ legitimuje egoismus jako vhodnou motivaci pro dobrovolnictví. (Frič, Pospíšilová, 2010)

Frič a Pospíšilová uvádí, že sociologický přístup také vnímá „rozumný egoismus“ jako možnou motivaci pro dobrovolnictví. V sociologickém přístupu jsou motivačními faktory jisté společenské normy. Nastavené praktiky, které určují odměny za dodržování a sankce za porušení. Míru „individuálního mobilizačního potenciálu“ ovlivňuje např. postoj příbuzných či přátel nebo náboženské povinnosti. (Frič, Pospíšilová, 2010)

Jsou to obecné motivy pro zapojení do dobrovolnictví. V daném kontextu přídavné jméno *obecné* znamená, že dané motivace nemusí patřit jenom mladým dobrovolníkům, kteří by ve své řadě dobrovolničili výlučně pro seniory. Protože, daná kategorizace není určená pro nějaký konkrétní typ dobrovolnictví a dobrovolníků, nebylo by dle mně, chybou - ji aplikovat na zvolenou oblast dobrovolnictví mezi mladé lidi.

Motivace popsané výše by měly vést ke zlepšení životních podmínek jak dobrovolníka tak i okolí ve kterém působí. Příčinný vztah mezi dobrovolnictvím a blahobytem byl již popsán různými autory.

Senioři jako cílová skupina

V předchozí podkapitole byly vyjmenovány motivy pro zapojení do dobrovolnické činnosti. Teď bych chtěla udělat akcent na dobrovolnictví pro seniory a popsala bych, čím je charakteristický daný typ dobrovolnictví. Důvody, proč se senioři odkazují na pomoc dobrovolníků mohou být různé, protože každý senior jako bytost je unikátní a má svá přání a potřeby.

Věk odchodu do důchodu

Již ze samotného názvu vyplývá, že příjemci dobrovolnických služeb jsou senioři. Všichni senioři mají ale aspoň jednu společnou vlastnost, a tou je dosažený věk. Věk, kterého má dosáhnout člověk aby si získal status důchodce činí v České republice záleží na datu narození (a do roku 1971 na počtu dětí), viz tabulka č. 1 v příloze. Například, žena, pokud neměla žádné dítě a muž (k počtu dětí u muže se nepřihlíží) narozený v roce 1957 a výš do důchodu odchází ve stejném věku. Od tohoto roku je zaznamenáno shodné navyšování důchodového věku u těchto dvou skupin. (Zákon č. 155/1995 Sb., ve znění od 1.12.2019)

Kromě dosažení určitého věku je nutná, pro účely získání starobního důchodu, potřebná doba pojištění. Jinými slovy, nárok na starobní důchod vzniká každému jedinci v různém věku. Z toho vyplývá, že hranice toho, kdy se člověk může považovat za důchodce, ve smyslu, že pobírá zákonem určený státní příspěvek, nejsou pevně stanoveny.

V příloze je představena tabulka *Vývoj věkové hranice odchodu do důchodu v ČR*, obsahující roky narození a odpovídající jim věk odchodu do důchodu.

Je patrné, že počínaje rokem narození 1965 se důchodový věk u mužů nemění, a ustanovil se na 65 letech. Mezi ženami můžeme zaznamenat menší výkyvy, které jsou spojeny s počtem vychovaných dětí. Vyšší věková hranice činí 65 let a proto můžeme ji považovat za věk, ve kterém by s velkou mírou pravděpodobnosti měl jedinec mít nárok na starobní důchod na základě dosaženého věku.

Problémy kterým čelí senioři

Než přejdeme ke problematice vyššího věku a problémů, vztahujícím se k dané životní etapě, bylo by spravedlivé uvést určité výhody, kterými disponují osoby spadající do starší věkové kategorie. Dle mého názoru, mezi pozitiva, která můžeme spojit s dosažením určitého věku často patří bohaté životní zkušenosti, jejichž výsledkem jsou moudrost a získané znalosti a dovednosti.. Významné úspěchy jsou často náročně dosažitelné, a proto celé životní periody mohou být označeny jako cesta k určitému cíli. Takovým cílem může být vysokoškolské vzdělání, pořízení si vlastního domova, výchova dětí, budování kariéry v rámci organizace či rozvoj vlastního podniku.

V rámci psaní dané práce se na problém jako takový bude nahlížet jako na situaci, která je nežádoucí a vyznačuje se přítomností neuspokojených potřeb.

Je vícero přístupů pro určení neuspokojených potřeb a problémů od nich odvozených. Fyzické a duševní schopnosti člověka se od narození, za podmínek správného vývoje, jen zvyšují. Ekonomicky produktivní věk je všeobecně brán jako věk, kdy člověk dosahuje svých lepších výkonů, je aktivní, soběstačný a produktivní. Avšak po dosažení vlastních maximálních výsledků nezbytně následuje zpomalení. Toto zpomalení je spojeno s úbytkem fyzických a mentálních sil. Těžko určit, kdy začíná ten bod zvratu anebo jak je dlouhý ten časový úsek od narození do okamžiku, kdy tělo a mysl se již unavují a čím dále tím víc času bytost potřebuje pro odpočinek a regeneraci organismu. Tím pádem se dá říct, že úbytek sil vede mimo jiné ke snižování schopností uspokojovat své potřeby. Odchodem do důchodu se bytost ocitá v situaci, kdy se okolí, jí zvyklé, najednou mění. Se změnou životního režimu může dojít k tomu, že některé potřeby zůstávají bez naplnění, neboť k tomu nejsou prostředky. Časem se člověk může zvyknout na svůj nový stav, ale do té doby bude mít mezeru nenaplněných tuh. Potřeby staršího člověka se budou měnit a lišit se od jehož potřeb před desíti lety. A proto měli bychom se soustředit na potřeby starší vrstvy obyvatelstva, neboť se budou lišit od dalších věkových skupin. Samozřejmě,

různí senioři mají odlišné osobní preference, zdravotní stav a hodně dalších předpokladů, vedoucích k různým mírám projevů těch či jiných potřeb.

S respektem k osobnosti každého seniora je však potřeba se pokusit shrnout zvláštní požadavky starší věkové skupiny jako celku. Při zkoumání problémů které mají lidi ve starobním důchodu Příbyl nabízí vycházet z položení otázek „*Jaké má starší člověk potřeby?*“ a „*V čem se liší lidské potřeby v mladším a v seniorském věku?*“ (Příbyl, 2015: s.50) Dle Příbyla mají staří lidí výraznou, oproti mladším lidem, potřebu citové jistoty a bezpečí. Na bezpečí se v tomto případě nahlíží z trojího hlediska: ekonomického, psychického a fyzického. Toto rozdělení se vezme jako výchozí a dále se rozepíše podrobněji.

Ekonomické bezpečí

Ekonomickým bezpečím máme na mysli pocit finanční nezávislosti seniora. Senior se označuje za osobu věkově znevýhodněnou, která má obtížné uplatňování na trhu práce. V případě, že by osoba v důchodovém věku hledala nové zaměstnání, bude, a to se bohužel často stává, dána přednost osobě, která věkově spadá do skupiny ekonomicky aktivních lidí. Každopádně, obecně platí, že se senior nachází v tom stádiu svého života, kdy by pracovat již nemusel, neboť si pobírá důchod a měl by si nechat o sobě postarat stát. Odchodem do důchodu by si člověk neměl již potřebu hledat práci, která by ho měla živit. A proto se na seniora může nahlížet jako na osobu, která není aktivním uchazečem na trhu práce.

Na druhou stranu, ve sdělení Evropské komise se potkáme s doporučením „*Chceme-li této výzvě čelit, musíme klást důraz na politiky, které si kladou za cíl větší účast v pracovním procesu – zejména pro takové skupiny obyvatelstva, jako jsou ženy, mladí lidé a senioři – inovace a zvyšování produktivity.*“ Starobní důchod se stal nezbytnou součástí života moderního člověka. A tím je to víc obdivující, že není to ani 100 let co existuje starobní důchod na území ČR. 30.října 2020 se bude slavit výročí 95 let od vzniku zákona o pojištění

zaměstnanců pro případ nemoci, invalidity a stáří (zákon č. 221/1924 Sb.), na jehož základech stojí systém sociálního zabezpečení ČR dodnes. (ČSSZ, 2015) I přes krátkou vzhledem ke světové historii dobu dnes nahlížíme na nárok na státní zabezpečení jako na samozřejmost. Vzhledem k rostoucímu podílu seniorů ve společnosti stát již nadále nebude schopen uspokojovat všechny jejich potřeby. Na jednu stranu je líto, že sociální dávky nejsou dostačující pro udržování života na stejné kvalitě jako za doby zaměstnání. Na druhou stranu, zvyšující se počet důchodců svědčí o prodlužování délky života. Je potřeba si zamyslet nad tím jak do sociálního života začleňovat zpátky anebo nechávat začleňování co nejdéle starší věkovou skupinu. V této souvislosti narážíme na koncept aktivního stárnutí.

Rekvalifikační kurzy pro lidi v předdůchodovém věku a pro stávající důchodce umožňují získat potřebné znalosti odpovídající požadavkům moderní společnosti. Větší znalosti dělají zaměstnance víc konkurenceschopným a cenným pro zaměstnavatele. proto v současnosti celoživotní vzdělávání je nezbytností pro zachování úrovně práce, odpovídající zvyšujícím se nárokům dnešní společnosti.

Taky pro zlepšení hodnoty osobního života seniorů je potřeba znát proces učení člověka, jednotlivé druhy učení, fyziologii nejdůležitějších smyslů a uchování informací v paměti. U starších osob se častěji vyskytují určité nemoci, rychleji se unavují a proto z hlediska zaměstnavatele jsou méně produktivní. Podobné situace__vystupují jako signály, které připomínají starším lidem jejich předpokládanou nízkou úroveň kompetence. (Marquet et al., 2019: s. 8)

Nedostatek prostředků z důchodu a absence dalšího zdroje příjmu vedou k tomu, že senioři musí šetřit. A zároveň nemají možnost si vytvořit potřebné finanční rezervy, které by byly vždy k mání v situaci náhlé nouze. V kontextu psaní dané práce se na dobrovolnictví nahlíží jako na poskytnutí určitých služeb, aniž by to pro seniora bylo finančně náročné. To znamená, že přijetím pomoci ze strany dobrovolníků senior naplňuje svoje potřeby a přitom necítí, že jeho ekonomická neaktivnost by mu to nedovolila. Služby poskytované dobrovolníky jsou různorodé a mohou naplňovat celou škálu lidských potřeb. Nedostatek financí vede k omezeným možnostem nákupu potravin, oblečení, zdravotních pomůcek.

To vše patří mezi základní potřeby člověka, které nejsou jediné, neboť člověk může mít další zájmy. Mezi něj mohou patřit vzdělávací a jazykové kurzy, návštěvy divadla, kina nebo kavárny a taky mohou mít rádi cestování. Za tímto účelem jsou zřízeny různé vzdělávací a kulturní centra pro seniory, které nabízejí bohatou paletu kurzů a dalších akcí pro zpestření volného času seniorů. Dané organizace se ve velké míře opírají o pomoc dobrovolníků, kteří vystupují buď jako lektoři těchto kurzů, nebo další pomocná síla, které není nikdy dost. Tyto organizace nesou neziskový charakter a je jejich cílem pomáhat a ulehčovat život osobám znevýhodněným.

Psychické bezpečí

S odchodem do starobního důchodu se člověk čelí nejenom finančním potížím ale taky mu chybí sociální kontakt, který měl za doby zaměstnání. Jedná se o interakci s kolegy, partnery a s dalšími lidmi, kteří vstupovali do jeho každodenních pracovních záležitostí. Výrazný pokles toho kontaktu může vést k pocitu osamělosti, neboť najednou člověk zůstává sám. Veškerá pozornost seniora se přepíná na své bližší lidi. Na rodinu se nahlíží jako na hlavní orientační bod, který dává pocit bezpečí, jistoty že se o seniora v případě potřeby postarají. (Randak et al., 2017 : s.352)

I přesto, že může mít rodinu, se kterou denně komunikuje, nemusí to být dostačující. Navíc, časté kontakty a společné bydlení víc než dvou generací je v současné době spíš ojedinělým případem než zvyklostí. Rodina ze dvou lidí se stává ekonomicky soběstačnou a proto si může dovolit soukromí. Tím pádem nemusí sdílet domácnost s dalšími příbuznými za účelem finanční úspory. Co se týče jiných než ekonomických důvodů, například, pomoc při hlídání dětí. Čím dále tím víc rodin v moderní společnosti se obracejí ke službám externích zařízení, jako jesle, školky, družiny. Je těch důvodů vícero. Velká vzdálenost mezi místy bydliště rodičů a prarodičů neumožňuje, že babičky a dědečkovi budou dojíždět pro hlídání a doprovod vnoučat domů. Pro úsporu času, energie a

dokonce i jízdného si rodiče volí placené služby, kterých je velký výběr. Nepříznivý zdravotní stav seniorů taky může překážet energickým aktivitám s malými dětmi, jejichž mobilita unavují i mladé rodiče. Kromě hlídání dětí se v rodinách vyskytuje otázka péče o starší lidi, kteří se cítí nemohoucně a potřebují nepřetržitou pomoc. V tomto případě, pracující příbuzní většinou nemají možnost zůstat doma a pečovat se o něj. Z důvodu neschopnosti a obecné nemožnosti se postarat o starší lidi se obrací na pečovatelská zařízení.

Chybějící pracovní uplatnění a ne příliš těsné rodinné vazby vedou k výraznému poklesu sociálního kontaktu. Chybějící komunikace a interakce vedou k pocitu osamělosti. Zvláště se to týká těch lidí, kteří v rámci své práce byli zvyklí být v osobním kontaktu s dalšími lidmi.

V daném případě dobrovolnická pomoc bude mít podobu morální podpory ze strany dobrovolníka. Dobrovolník může docházet za seniorem, který si není schopen pravidelně navštěvovat centrum pro seniory. Během těchto návštěv si spolu povídají, což seniorovi přináší pocit, že někdo si o něj zajímá a má se na koho pravidelně těšit. Výhodou těchto schůzí je pro seniora to, že *svou přítomností mladí lidi jim dodávají energii a optimismus*. (Haškovcová, 2012: s.14) V případě, že dobrovolník pracuje v centru pro seniory tím má možnost, a to například v rámci kroužků, se věnovat většímu počtu seniorů. A navíc, ti senioři se dostávají do kontaktu s dalšími aktivními vrstevníky, což jim umožňuje navázat zajímavé kontakty.

Fyzické bezpečí

Nejenom odchod do důchodu ale i jiné faktory mohou omezovat možnosti seniora se zapojovat do sociálního života. Jde mimo jiné o snížení mobility v důsledku vážných zdravotních problémů.

Dále, dosažení určitého věku předpokládá častější výskyt nemocí různého typu, avšak moderní medicína a zdravý životní styl umožňuje jedinci oddálit fyzické

staří. I přesto fyzická nemocnost je přirozenou součástí vyššího věku a vyžaduje intenzivnější péči, než tomu tak je u mladších lidí. Péče o staré lidi je: „*opatrovnická nebo podpůrná pomoc nebo služba vykonávaná pro štěstí a blahobyt starých osob, které z důvodu chronické nebo duševní nemoci nebo nezpůsobilosti nemohou tyto činnosti samy vykonávat*“. (Millward, 1999: s.27 v Hynek, 2013: s 43)

Stárnoucí tělo je méně mobilní a aktivní, všechny fyziologické procesy se zpomalují. Najednou se starší člověk může ocítit v situaci, že již nadále nebude neschopen uspokojit své primární potřeby bez pomoci další osoby. Horší zrak a paměť, zánik intelektuálních schopností činí seniory bezmocnými tváří v tvář množství nebezpečí, s nimiž se setkávají v každodenním životě. Zdrojem nebezpečí se může stát každá vycházka mimo domov. Horší zrak, pomalejší pohyb, a snížená reakce mohou zvýšit pravděpodobnost dopravní nehody při přechodu silnice. V červnu 2005 z iniciativy Světové zdravotnické organizace vznikl program Město přátelské seniorům¹. Mezi prvky definující bezpečí starší generace patří: bezpečné přechody, bezbariérové toalety, kvalitní a cenově dostupná veřejná doprava, osvětlení venkovních prostorů. Bezpečné budovy mají výtahy, zábradlí, protiskluzové podlahy. Za prvky přátelské seniorům se taky považují vyhrazená pro něj parkovací místa.

Kromě snížené mobility se za další nebezpečí považuje slabší paměť, která může vést k tomu, že se starší člověk ztrácí a nebude moci se dostat zpátky domů. Ne vždy si senior v podobné situaci rozhodne požádat o pomoc, jelikož se může cítit zahanbený, anebo bude zmatený až nebude moci mluvit.

Nebezpečí mohou starší lidi číhat i doma. Většina nemocí vyžaduje pravidelnou léčbu doprovázenou předepsanými léky. Pravidelnost a správnost užívání léků pomohou zmírnit průběh nemoci a vyhnout se nenapravitelným zdravotním problémům při nevhodném užívání. Horší paměť může vést k tomu, že senior si na lék zapomene anebo si ho naopak vezme opakovaně, což může být víc

¹ Města přátelská seniorů. Národní síť zdravých měst ČR.
<https://www.mestoseniorum.cz>

nebezpečně. Je v tom velká výhoda být pod dohledem personálu, který dbá na nařízené dávkování. Přítomnost další osoby, vyznačující se vyšší koncentrací, může zabránit vznikům požárů v důsledku zapomenutého elektrického zařízení.

Závažnější zdravotní problémy mohou vést k připoutání k lůžku, kontingenčním pomůckám, anebo k dalším aparátům zabezpečujícím fungování životních procesů. V takových případech je nezbytná celodenní přítomnost další osoby, schopné poskytovat kvalitní pomoc. Přebalování, umytí, příprava jídla – jsou to běžné triviální věci pro zdravého člověka, však nemožné pro osobu neschopnou se volně pohybovat.

Dobrovolnictví mládeže

Pojem mládeže

Dle Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy se za mládež v ČR považují lidé ve věku 15 až 29 let (MŠMT, 2012).

Dle Velkého sociologického slovníku termín „mládež“ označuje buď nepřesně ohraničenou věkovou skupinu, nebo sociální kategorii vymezenou specifickými biologickými, psychickými a sociálními znaky, tzn. že příslušníky mládeže spojuje to, že se nalézají ve stejném životním cyklu a že jsou stejnou generací. Věkově i sociálně jde o mezivrstvu mezi dětmi a dospělými, která má své specifické zájmy, aspirace, postoje, společenské postavení a svou roli, prestiž. Zvláštnost statusu mládeže vyplývá z toho, že je ve stadiu neúplné nebo odložené ekonomické aktivity a profesionální přípravy a že je sociálně a ekonomicky závislá na „světě dospělých“. (Velký sociologický slovník, 1996)

Věk, ve kterém končí ekonomická a sociální závislost mladých lidí, nelze přesně odhadnout dopředu a pak aplikovat na všechny. Studium na vysoké škole a potřeba vlastního bydlení, které by vystupovalo jako garant zajištěného stáří, jsou nejčastějšími potřebami mladých lidí, které vyžadují značné finanční výdaje.

(Pedersen et al., 2013: s. 55) Ekonomická závislost může být vědomou volbou jednotlivce, avšak ne přechodným obdobím, jak to vyplývá z definice mládeže. Vystává potřeba zvolit věkovou hranici, která bude zužovat tuto „mezivrstvu“.

Pro vymezení věkové skupiny mladých lidí bylo zvoleno rozmezí 18 až 30 let. V metodologické části bude volba horní a dolní hranice podrobněji vysvětlena.

Teorie sociální identity

V rámci psaní dané práce se na dobrovolnickou činnost pro seniory nahlíží z pozice dobrovolníka, kterým je mladá osoba. I ty stereotypy, které máme vůči čemukoli, jsou ovlivněny naším věkem a životními zkušenostmi, které určují pohled na svět a na sami sebe. Mladé lidi spojuje to, že patří do jedné věkové skupiny. V případě, že se někdo rozhoduje, zdá jít na vysokou školu, dělá tak v určitém věku, tj. ve věku 18-20 let. V současné době je vysokoškolské vzdělání ale člověku dostupné v jakémkoli věku. Avšak většinou si studenti jsou věkově podobní. V případě studia začínají mít společné zážitky a podobné znalosti, což je zařazuje do určité sociální skupiny, která má své rysy. Chování a pohled dané skupiny, do které jedinec patří, ovlivňuje jedince, který je do této sociální skupiny zařazen. Dle autora Teorie sociální identity, jímž je anglický psycholog Henri Tajfel, *bytost která se identifikuje s určitou sociální skupinou je schopná se ztotožnit s tou rolí ve společnosti, která se od něj očekává.* (Tajfel, 1978 v Islam, 2014: 1781-1782) Skupina může být vytvořena na základě věku, náboženství, vzdělání, povolání a dalších společných rysů.

Člověk může být najednou v hodně skupinách, v každé z nich hraje svoji, mu určenou, roli. Člověk může patřit do skupiny mladých lidí a zároveň být dobrovolníkem pro seniory. Jeho pohled na stáří a staré lidi se bude lišit od jeho vrstevníka, který zkušenost s takovým dobrovolnictvím nemá. A proto je potřeba brát v úvahu další okolnosti, které jsou rozhodující pro zkoumání pohledu mladých lidí na nějaký jev.

Dobrovolnictví mladých lidí

V této kapitole budou popsány motivy mladých lidí, kteří dobrovolničí pro seniory. Při zkoumání dané otázky jsem hledala odpověď prostřednictvím provádění polostrukturovaných rozhovorů s mladými dobrovolníky s tím, že pro jednotlivé kategorie motivů byly vytvořeny kódy, odpovídající motivům, popsaným v předchozí kapitole.

Nalezené prostřednictvím rozhovorů motivy jsou roztříděny v empirické části práce. V podkapitole Kódování rozhovorů je představena tabulka č.4 prezentující korelaci funkcí VFI a motivů zmíněných samotnými respondenty.

Clary a Snyder uvádí právě mladé dobrovolníky jako nejčastějšími voliči kariérní funkce. Důvodem který uvádí může být požadavek vysokých škol na zapojení studentů do organizací občanského sektoru. Na jednu stranu to vede ke zvýšené účasti na dobrovolnických aktivitách. Na druhou, může být z dlouhodobého hlediska kontraproduktivní. (Clary, Snyder, 1999) V rámci výzkumu se potkám jen s těmi dobrovolníky kdo v tom setrval. Proto jiný než pozitivní vliv potenciálního studijního nařízení na volbu respondentů očekávat nejde.

Vědomé zapojení do dobrovolnictví s cílem přispět k budování vlastní kariéry může být silnou motivací pro ambiciózního mladého člověka. Wilson popsuje potenciální přínosy dobrovolnictví. Zaprvé, vzhledem k současným rozvinutým sociálním sítím sdílená informace o uskutečněném dobrovolnictví může být všimnuta zaměstnavateli a použita pro hodnocení zaměstnance v podobě zvýšeného platu. Zadruhé, dobrovolnictví pomáhá lidem snadněji se vrátit do práce po období nuceného přerušení (rodičovská dovolena, nemocenská) nebo nezaměstnanosti. I v tomto případě dobrovolnictví vede ke zvýšenému plátu, protože usnadňuje pohyb na trhu práce. (Wilson, 2020)

Mezigenerační soužití

Mezigeneračním soužitím se v dané práci bude rozumět interakce mezi seniory a mladými lidmi. Budování solidarity mladých lidí vůči starým je nutná z několika hledisek. Zaprvé, dani mladí lidí v brzké době, a to během budoucích 5-10 let začnou pracovat a postupně se stanou tím hnacím motorem společnosti. Základ takového fenoménu jako demografická panika je šíření informací o *příliš velkém počtu starších a starých lidí, které si dnešní společnost nemůže příliš dovolit. Typické jsou výroky jako: demografický vývoj ohrožuje ekonomický růst, hrozí platební neschopnost důchodových, zdravotních a pečovatelských systémů, straší nás vysoké daně a mezigenerační konflikt.* (Mullan, 2002 v Vidovičová, 2008)

Felix Koschin píše o rozdělení populace do 3 biologických generací. Dětská generace končí dosažením jedincem věku 15 let a následuje rodičovská. Prarodičovská generace zahrnuje osoby ve věku 50+. Již na počátku 20. století si všimlo, že rodičovská složka tvoří v každé zemi přibližně polovinu. Dle převahy jedné ze dvou zbývajících kategorií se populace dělí na progresivní a regresivní. Ve stacionární, či stagnující populaci podíl mladých a starších osob je přibližně stejný. Progresivní se vyznačují převládáním dětí nad seniory. Tento typ je dnes zastoupen převážně v rozvojových zemích. Mezi hlavní důvody patří vysoká porodnost a kratší délka života v porovnání s vyspělými státy. Obyvatelstvu s vyšším zastoupením seniorů než dětí se říká regresivní, nebo ubývající. Většina rozvinutých evropských zemí včetně České republiky patří k regresivnímu typu. (Koschin, 2005)

Ačkoli, tyto údaje nemusí odpovídat realitě, však vedou k sociálnímu napětí a nepříznivému postoji vůči seniorům primárně ze strany těch, kdo dané všude propagované, finanční břemeno musí nést. Pro zmírnění daného konfliktu, který se v budoucnu může ještě posílit, je potřeba zlepšit pověst seniorů mezi mladými lidmi. A to z důvodu, že pozitivní přijetí seniorů jako skupiny bude nápomocné pro lehčí smíření s nepohodlím, které nese se sebou velká koncentrace starších

lidí ve společnosti. Člověk radši dělá něco nepříjemného pro toho, komu je příznivě nakloněný, než pro toho, kdo u něj vyvolává rozčilení.

Dané lepidlo, spojující generace a zmírňující možné konflikty je mezigenerační solidarita, která vede k mírnému soužití různých generací. „Mezigenerační solidarita – je porozuměním mezi lidmi různých věkových skupin.“ (Haškovcová, 2012: s.117) Dobrovolnictví mladých lidí pro seniory tvoří půdu pro budování vztahu mezi nimi.

Stereotypy

Jak bylo zmíněno dříve, senioři tvoří sociálně slabší skupinu obyvatelstva a hrozí jim sociální vyloučení. Důvody, proč senioři potřebují pomoc je spousta. Ty důvody ovlivňují to, jaký druh pomoci je potřeba. Jedná-li se o fyzickou nemocnost, o pocit opuštěnosti či o chudobu. Nemusí všichni senioři mít stejné problémy, neboť každý z nich se měl různě za doby své fyzické a ekonomické aktivity. Aplikování stejných předpokladů na každou osobu v důchodovém věku tvoří základ mýtů o staří.

Existující stereotypy ovlivňují mezigenerační vztahy, neboť brání seniorům být vnímány jako plnohodnotné členy společnosti.

Mezi základní stereotypy patří: mýtus falešných představ, mýtus zjednodušené demografie, mýtus homogenity, mýtus neužitečného času, mýtus o lékařích, dale mýtus o nemocech a mýtus chudého staří (Příbyl, 2015). Mýtus falešných představ je založen na předpokladu závislosti mezi pocitem spokojenosti seniora a jeho materiálního zabezpečení. Zjednodušením demografie se na odchod do důchodu nahlíží jako na automatický začátek stáří. Homogenní pohled na seniory jako skupinu nerespektuje odlišné potřeby a zájmy každého jedince zvlášť. Neužitečnost času je odvozená od přesvědčení, že nezaměstnaný senior, který nevydělává, nenese žádný užitek pro společnost, a proto je zátěží. S mýtem o lékařích se můžeme potkat v různých souvislostech, nejen ve vztahu ke stáří.

Jde o přesvědčení, že medicína má neomezené možnosti a s vyšším věkem ubývající zdraví je navratitelné. Nepředvídatelné okolnosti, které nepříznivě působí na zdravotní stav jedince, nemusí být spojené s věkem, a za druhé současná medicína nemusí být schopna je vyléčit. Nejčastější neduh, který stereotypně spojujeme se staršími lidmi v dnešní době, je Alzheimerova nemoc. Příbyl uvádí, že *výskyt demence (nejen Alzheimerova typu) u seniorů nad 65 let je 3 % populace, v 75 letech to je již 15 % populace a po 80. roce věku pak kolem 30 % populace* (Příbyl, 2015). Nahlížení na životní etapu stáří, jako na období finančně tíživé, vede ke vzniku předsudku, že si staří lidé mohou dovolit méně než za doby ekonomické aktivity.

Palmore jako jeden z prvních zmiňuje rozdělení věkové diskriminace na *znevýhodňující a zvýhodňující, tj. „ve prospěch“ věkové skupiny*. (Palmore, 1999) Americký gerontolog píše o společnosti, ve které žije a dělá průzkum. A proto je jako u dalších autorů cílem seznámit se s tématem z různých pohledů, aniž by se to přímo týkalo české společnosti. Kniha byla vydána koncem minulého tisíciletí, přesto je stále aktuální, a to vzhledem ke shodným závěrům se současnými publikacemi. Podle Palmore stereotypy ovlivňují postoje a činy, a tím pádem vyúsťují v diskriminační chování, které ve své řadě podporuje stereotypy.

Mezi negativní stereotypy autor zařazuje častější výskyt nemocí u starších lidí, impotenci, přesvědčení o tom, že staří lidé jsou oškliví, mentální úbytek a duševní choroby, neužitečnost starších lidí, vyloučení starších osob z veřejného života, chudobu či deprese. (Palmore, 1999)

Jako pozitivní předsudky vystupují: dobrosrdečnost, moudrost, spolehlivost, blahobyt v důchodu, politická moc, svoboda, věčné mládí a štěstí jako důsledek zmíněných výhod.

Stereotypy o staří byly autory Krusem a Schmittem rozděleny do 4 skupin: 1. vývojové zisky a potenciál vývoje, 2. vývojové ztráty a rizika vývoje, 3. znehodnocení stáří lidí ve společnosti, 4. staří lidé jsou zátěží pro společnost a rodinu. (Kruse, Schmitt, 2006 v Vidovičová, 2008) Dotazovaní byli rozděleni do 3 věkových skupin: 18-29, 30-59 a 60-80 let. Nejvyšší podíl souhlasu napříč všemi

skupinami dotázaných připadá na výrok, že *se mnoho starších lidí v současném světě nevyzná*. Je zajímavé, že oproti 82 % souhlasů mladých lidí s náročnou orientací seniorů v dnešním světě – si pouze 55 % uvědomuje vyloučení starších lidí ze sociálního života.

Nejnižší podíl mezi mladými respondenty se přiklonil k názoru, že *nemá cenu, aby se mladí starali o staré, když na to dnes máme instituce*. Avšak daný výrok je ukázkový v tom, že oproti ostatním věkovým skupinám s podílem 12 %, danou možnost zvolil každý čtvrtý mladý respondent. (Kruse, Schmitt, 2006 v v Vidovičová, 2008)

Empirická část

Empirická část je rozdělena na metodologii výzkumu a na výsledky provedeného empirického výzkumu. Na začátku této kapitoly popíšu cíle práce, výzkumné otázky, ze kterých vychází výzkum.

Cíl práce

Dosažení určitého věku přináší nejenom pozitivní věci, jako disponování bohatými životními zkušenostmi ale většinou je taky spjato s vícero nemocemi, které zatěžují život člověka a bohužel i jeho okolí. Stálá a s časem rostoucí potřeba starých lidí v péči může vyvolávat podrážděnost i mezi rodinné příslušníky. Nikdo nás neučí tomu, jak se mění mentalita člověka vzhledem k jeho věku, samozřejmě pokud nejde o studium psychologie nebo medicíny, nebo další obory zaměřené na zkoumání lidského chování. Dobrovolnictví je účinným nástrojem jak se člověk může přiblížit k dosud mu neznámé skupině obyvatelstva nebo oblastí spadající do okruhu jeho zájmů aniž by k tomu musel nezbytně mít zvláštní vzdělání nebo dovednosti.

Vycházím z předpokladu, že dosažením určitého věku si člověk stává závislým na pomoci svého okolí. Zacházení s dětmi a se seniory jsou v daném kontextu v mnohem podobné. Avšak člověk se snadněji smíří s dětskými rozmary než s

mění se náladou člověka který prožil dlouhý život a měl by si vědět, jak se má chovat. Mým osobním cílem je pochopit motivaci proč si někdo rozhoduje pomáhat neznámým seniorům, zjistit přínosy pro dobrovolníka a komplikace spojené s touto činností. Zjištěné informace budou pro mě důležitým přínosem ve vztahu k vlastnímu pohledu na stáří jako na určitou etapu v životě každého člověka včetně mě.

Cílem je pochopit a prozkoumat dobrovolnickou činnost pro seniory z pohledu mladých dobrovolníků. Prostřednictvím hloubkových polostrukturovaných rozhovorů by se mělo dozvědět, co motivuje mladé dobrovolníky k danému typu dobrovolnictví. Jestli jejich motivace byla uspokojená a jaké další přínosy to mělo pro dobrovolníka. Tento cíl navazuje na diplomovou práci Lucie Kramosilové „Jak mládež vnímá svou dobrovolnickou činnost v organizacích pro seniory“ (2019), ve které se jí podařilo popsat cestu respondentů k dobrovolnictví a změny mezigeneračního soužití. Ve své práci se Lucie Kramosilová zaměřila na zkoumání dvou oblastí: 1. Jak si vnímají mladí lidé dobrovolnickou činnost se seniory; 2. Vztah dobrovolníka a seniora. Výzkumné podotázky se zaměřují na motivy, přínosy a negativa plynoucí z dobrovolnické činnosti. Další rovina výzkumu tvoří mezigenerační vztahy. Navazují se na cíle jejího výzkumu, které aplikují na nová data.

V rámci hledání motivů se zaměřím na okolností které ovlivnily rozhodnutí jít dobrovolničit. Seskupení motivací do kategorií umožní hledat propojenosti mezi podněty a následnými přínosy a komplikacemi, které si dobrovolníci mohou zmínit během rozhovorů. Dále, to umožní využít potenciální nalezené shody napříč účastníky výzkumu pro zachycení možných souvislostí. Mezigenerační vztahy se pokusím zkoumat na základě výchozích zkušeností respondentů s vlastními prarodiči a jejich postoji ke stáří. Budu se snažit sledovat průběh a změny které v této souvislosti během dobrovolnictví proběhly.

Výzkumné otázky

VO1: Jaké jsou důvody pro zapojení mládeže do dobrovolnictví pro seniory?

Důvodů proč se lidi věnují dobrovolnictví je vícero. Za základ můžeme vzít Volunteer functions inventory (VFI) a prostřednictvím rozhovorů zjišťovat které z těchto motivací vedly dobrovolníka k této činnosti. Zjištěné informace dají pochopit propojenost určitých jevů s vykonáváním dobrovolnické činnosti. Pochopení této závislosti může být užitečné při zkoumání vzájemného ovlivňování těchto indikátorů. Pomoci polostrukturovaných rozhovorů se zaměřím na oblasti, které se dají shrnout těmito podotázkami:

- Co motivovalo mladé dobrovolníky začít dobrovolničit obecně a pro konkrétní cílovou skupinu? opraveno
- Jaké přínosy vidí dobrovolníci z dobrovolnictví pro seniory?
- Jaké komplikace vidí dobrovolníci s daným typem dobrovolnictví?

VO2: Jak se vytváří vztah mezi dobrovolníkem a seniorem z pohledu mladých dobrovolníků?

- Vztah byl ovlivněn původně dobrými vztahy s vlastními prarodiče/staršími příbuznými.

Jestli dobrá zkušenost s prarodiče vyvolává u mladých lidí úctu a potřebu pomáhat dalším cizím seniorům.

- Vztah byl ovlivněn tím, že dobrovolníkovi chyběl kontakt se staršími členy rodiny

Jde o situaci když člověk nemá/neměl prarodiče, nebo nemá/neměl možnost těsného kontaktu s nimi. Může to zároveň být ovlivněné špatnou zkušeností uvnitř rodiny: mladý člověk sice prarodiče má, ale nemá tam místo přátelský vztah. Zdá chybějící kontakt s vlastními prarodiče může vést k vědomému naplnění této mezery prostřednictvím dobrovolnické činnosti.

Metodologie výzkumu

Metoda sběru dat

Jako techniku sběru dat jsem si zvolila hloubkové polostrukturované rozhovory, které jsem prováděla s každým respondentem jednotlivě. Hloubkový rozhovor můžeme definovat jako „nestandardizované dotazování jednoho účastníka výzkumu zpravidla jedním badatelem pomocí několika otevřených otázek. Prostřednictvím hloubkového rozhovoru jsou tedy zkoumáni členové určitého prostředí, určité specifické sociální skupiny s cílem získat stejné pochopení jednání událostí, jakým disponují členové dané skupiny“. (Švaříček, Šedřová, 2007)

Mezi hlavní typy hloubkového rozhovoru patří polostrukturované a nestrukturované rozhovory. Hlavní odlišnost mnou vybraného typu je existence předem určených otázek a témat k povídání, když nestrukturovaný (narativní) se odvíjí od jedné jediné připravené otázky, která bude doplněna dalšími dle vývoje rozhovoru. (Švaříček, Šedřová, 2007)

Vytvořené mnou schéma *Struktura osnovy rozhovoru* zahrnuje témata k probrání, je k nalezení v příloze. Pořadí pokládaných otázek se odvíjí od možných předstihů se kterými účastníci poskytují informace na naplánované otázky. Struktura rozhovorů se odvíjela od výzkumných otázek a podotázek. Celé povídání respondentů probíhalo ve volné formě. Pokud jsem měla pocit, že některé podotázky zůstaly bez odpovědí, nebo by se chtěly dovysvětlit - jsem zasahovala a ptala jsem se. Moje reakce se odvíjely od mých vlastních zkušeností, možných předsudků a vůbec zájmu o probírané oblasti. Proto jsem reagovala nebo nereagovala na určité zmiňované respondenty věci.

Rozhovory byly nahrávány a pak přepisovány. S nahráním, přepisem a následným použitím rozhovorů všichni moji respondenti souhlasili. Svůj souhlas potvrdili podepsáním informovaného souhlasu. Sběr dat probíhal v období mezi říjnem 2019 a dubnem 2020. Celkem bylo uskutečněno 7 rozhovorů.

Samozřejmě, přiznávám, že pro provedení hlubší analýzy by se chtělo sehnat víc respondentů. Za účelem sehnání mladých respondentů jsem kontaktovala organizace, poskytující pomoc seniorům, neboť mě přišly jako nejvíc vhodná místa kde by se mladí dobrovolníci mohli objevovat. Ty v době mého výzkumu neměli projekty do kterých by zařadili mladé dobrovolníky. Neboť se zaměřovaly na dobrovolníky mezi seniory, což mě osobně milé překvapilo ale zároveň se stalo překážkou pro sběr dat. Z tohoto důvodu jsem oslovila potenciální respondenty prostřednictvím sociálních sítí. Jednou za měsíc jsem obnovovala příspěvky ve skupinách pražských studentských kolejí a skupinách určených dobrovolnictví pro seniory.

Všechny respondenty jsem zařadila do tabulky, obsahující základní informace o rozhovorech. Jména účastníků výzkumu, názvy organizací, které se zmiňují byly pozměněny nebo anonymizovány. Pořadí účastníků se odvíjí od data provedení rozhovoru. Vzhledem k opatřením spojeným s pandemií COVID nebylo možné i nadále se scházet s dobrovolníky osobně a proto jako alternativa byla zvolena komunikace prostřednictvím elektronických komunikačních prostředků. První 3 rozhovory se mi povedlo provést prostřednictvím osobních schůzek v pražských kavárnách. Samozřejmě přítomnost cizích lidí nepřispívá k uvolnění a plynulému povídání. Avšak musím přiznat že téma rozhovorů nelze považovat za výrazně citlivé. Navíc, dobrovolnictví je všeobecně považováno za činnost důstojnou. A proto objektivně nebyly důvody, proč by se respondenti měli stydět toho o čem povídají. Další 4 rozhovory byly uskutečněny v rámci telefonních hovorů bez videa. Na jednu stranu byl uspořen čas na dojíždění na schůzku a zpátky, taky bylo eliminováno možné nepohodlí způsobené cizím okolím. Na druhou stranu chybějící osobní kontakt znemožňoval zachycování emocí projevujících se prostřednictvím gest, mimiky. Přijivší o tento zdroj informace jsem nemohla jasně určit která témata bych mohla rozvíjet víc vzhledem k možnému zájmu o tuto oblast ze strany určitého respondenta. Řídila jsem se vokálními nářázkami, intonací, hlasitostí a pauzami během povídání (Rocci, Saussure, 2016: s. 45). Dle způsobu provedení byl každému rozhovoru přiřazen druh komunikace – přímá a nepřímá. Dané dělení neovlivní následnou analýzu nebo přístup

k informacím. Avšak pro objektivní představení základních informací o rozhovorech jsem přiřadila tuto kategorii.

Možná shoda jmen a událostí vyskytujících se v rozhovorech je náhodou nikoliv záměrem.

Tabulka č. 2: Přehled základních údajů o rozhovorech

Respondent	Délka dobrovolnictví se seniory v době provedení rozhovoru	Délka rozhovoru	Datum	Druh komunikace	Věk
Sofia	2 roky	45:29	29.10.19	Přímá	22
Tereza	1,5 roků	42:46	12.11.19	Přímá	22
Zuzana	2 roky	48:19	2.12.19	Přímá	21
Martina	8 měsíců	53:59	10.03.20	Nepřímá	24
Lucie	1 rok	49:19	31.03.20	Nepřímá	28
Robert	6 let	31:00	08.04.20	Nepřímá	24
Zdeněk	1 rok	35:27	12.04.20	Nepřímá	28

Výběr vzorku respondentů

Kritéria pro výběr respondentů se odvíjela od cílů diplomové práce. V centru pozornosti se nacházejí mladí dobrovolníci kteří pomáhají seniorům. Výběr byl podmíněn věkem a výkonem dobrovolnictví vyloženě pro lidi v důchodovém věku. Věkové rozmezí pro respondenty bylo stanoveno na 18 až 30 let. Minimální doba vykonávání dobrovolnické činnosti pro seniory měla činit aspoň 6 měsíců na moment nahrávání rozhovoru. Stropní věková hranice se může posouvat jak směrem nahoru, tak i směrem dolů a to v závislosti na jednotlivém státu či na organizaci, která se podílí na zveřejnění dané definice. Například, OSN definuje mládež jako osoby mezi 15 až 24 lety, s tím, že možné jiné definice členských států, mezi nimiž je ČR, mají místo být (OSN, 2019). Opačným příkladem, kde je ta stropní hranice vyšší, je Malajsie. Tam se za mládež považují lidi do 40 let

(Ibrahim, 2018: s. 390). Z těchto příkladů vyplývá, že unikátnost procesu dospívání je tolerována a akceptována na mezinárodní úrovni.

Avšak, do skupiny mládeže patří též osoby ve věku 15 až 17 let, což je významně odlišuje, a to z právního hlediska, od těch kdo je starší jak 18 let. „Plně svéprávným se člověk stává zletilostí. Zletilosti se nabývá dovršením osmnáctého roku věku.“ (Zákon č. 89/2012 Sb. O zletilosti). Kdybychom zkoumali chování mládeže jako skupiny, měli bychom ji rozdělit na ještě minimálně 2 podskupiny: mladší a starší 18 let. Vzhledem k tomu, že věkový interval ve kterém se pohybuje mládež v ČR je 14 let velký, dá se říct, že vymezení zvláštní skupiny kvůli 2 rokům by nebylo relevantní a zatěžovalo by výzkum tím, že by bylo potřeba provést srovnání dvou vzorku respondentů.

Výzkum a Pospíšilové potvrzuje souvislost nižšího věku a zapojení do dobrovolnictví. Významná část dobrovolnických aktivit vyžaduje „povinný dozor starší osoby“. (Frič, Pospíšilová, 2010)

Důvody pro zapojení do dobrovolnictví

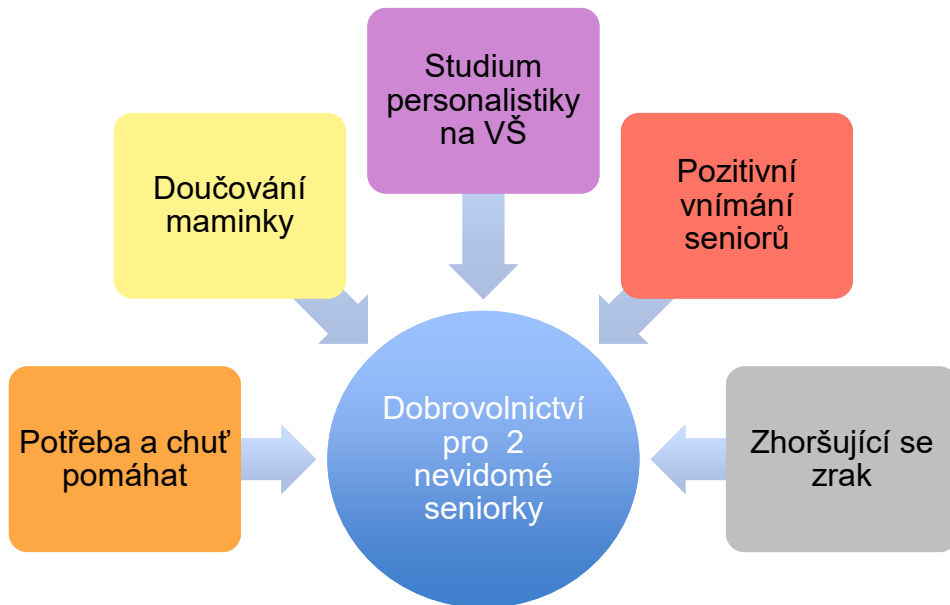
Všechny rozhovory jsem se snažila provést stejnými body, aby měly společné kategorie a mohly být lépe porovnávány. V příloze je představena osnova každého rozhovoru. Každý příběh je naprosto unikátní a zaslouží si, aby byl zkoumán jednotlivě. Přesto porovnání s dalšími rozhovory umožňuje provést objektivnější analýzu dat a sledovat posloupnost událostí. Kategorie, do kterých byly rozděleny motivace, mají stejnou hodnotu a rovným dílem přispívají k naplňování cílů práce. Hodnocení motivů není relevantní jak z pohledu možného přínosu pro práci, tak i z pohledu etického. Cílem bylo porozumět mladým dobrovolníkům a tomu, jaké životní zkušenosti je vedly k dobrovolnickým

aktivitám. Při výkladu získaných dat jsem se snažila být co nejvíce objektivní. Předem děkuji čtenáři za pochopení.

Schémata důvodů pro dobrovolnictví

Pro srozumitelnost a přehlednost byla sestavena schéma: *Struktura osnovy rozhovoru*, která je k nalezení v příloze. Schéma zachycuje rozhodující životní události, příčinné podmínky a následky. Ústředním bodem je dobrovolnictví, ke kterému se všechno směřuje. Posloupnost rozhovorů je odvozena od data provedení, tj. jako při představení účastníků v metodologické části. Schémata níže znázorňují faktory, které přivedly respondenta k dobrovolnictví. Neodvážím se určit jaké faktory měly větší vliv a jaké menší. Dovedu si však představit, že pokud vynecháme aspoň 1 z důvodů a k dobrovolnictví by buď nedošlo anebo by došlo ale později. Faktory budou popsány a roztrženy v odstavci *Důvody pro zapojení do dobrovolnictví*.

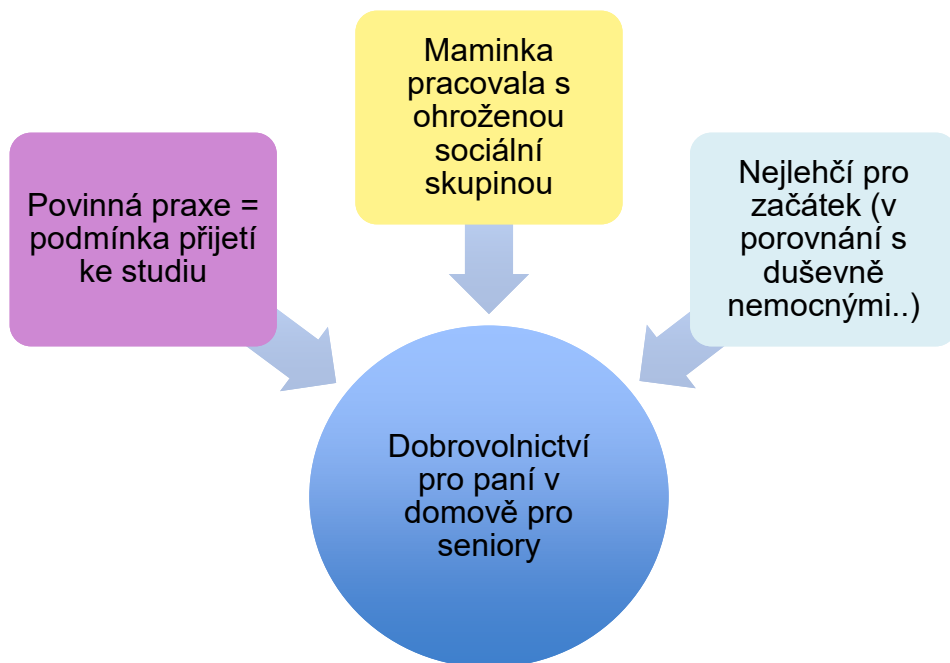
Sofia : Pravidelné návštěvy 2 starších paní u nich doma. Činnost: povídání, doprovod dle potřeb klientek, drobná manuální a technická výpomoc.



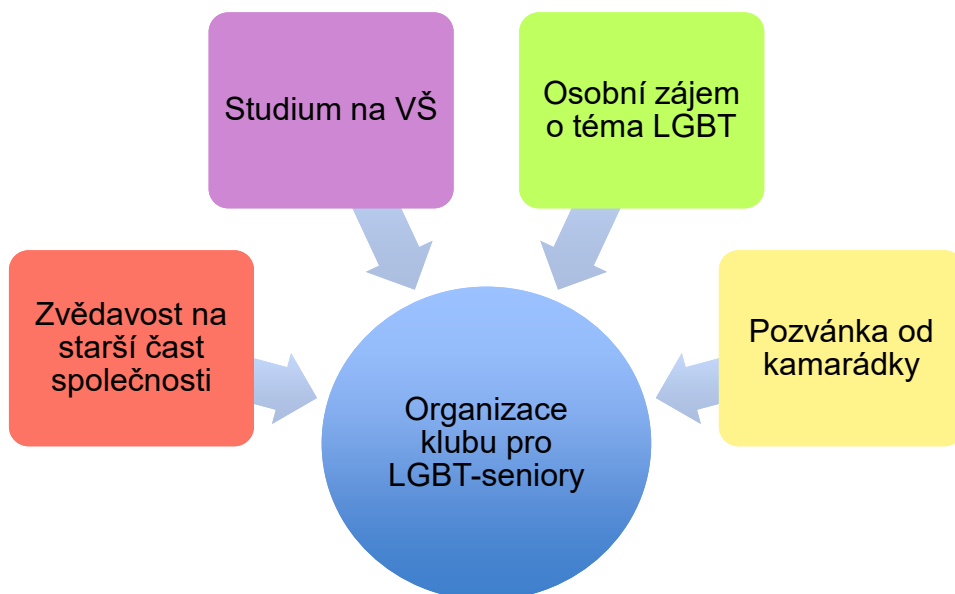
Tereza : Docházení za klientkou do domova pro seniory. Činnost: čtení literatury (zhoršený zrak klientky), povídání na běžná témata.



Zuzana : Návštěva seniorky, umístěné v domově pro seniory. Činnost: povídání, četba – dle nálady klientky.

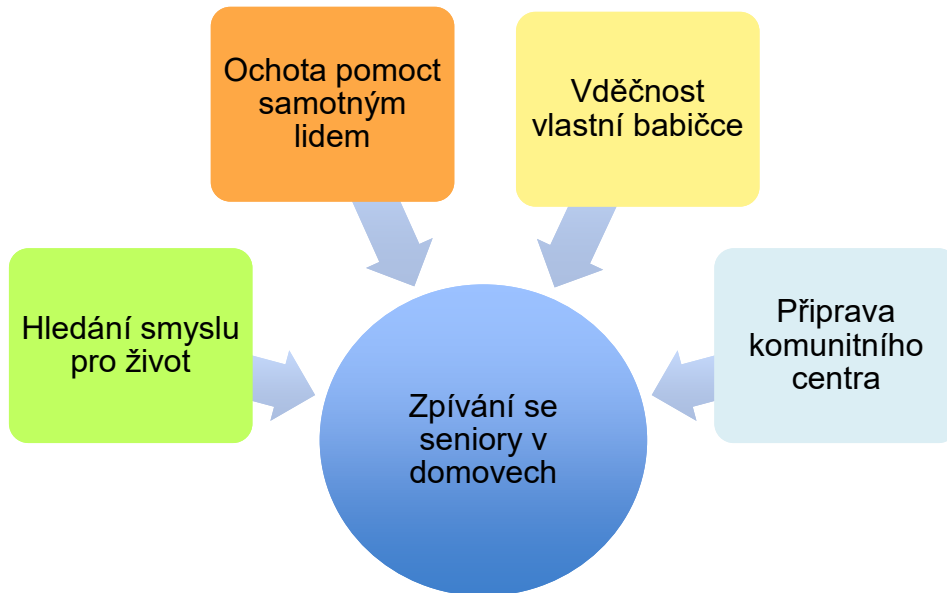


Martina : Založení zájmového klubu pro LGBT-seniory. Činnost: moderování pravidelných schůzek na předem stanovená témata



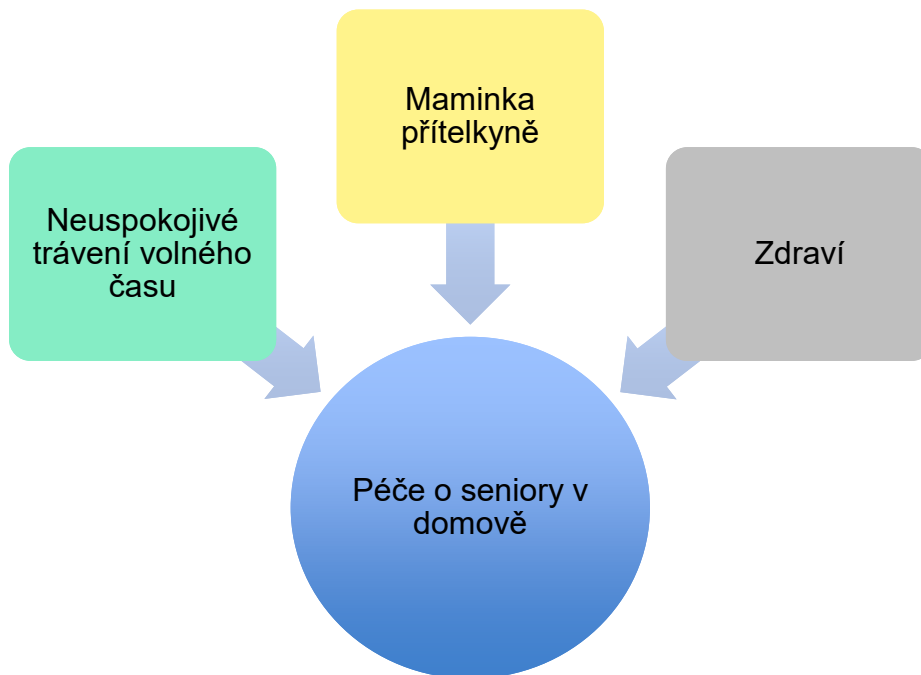
: Otevření vlastního komunitního centra, určeného pro širší okruh osob.

Lucie Činnost: upřádání hudebních koncertů v domovech pro seniory, doprovázených společným se seniory zpíváním.

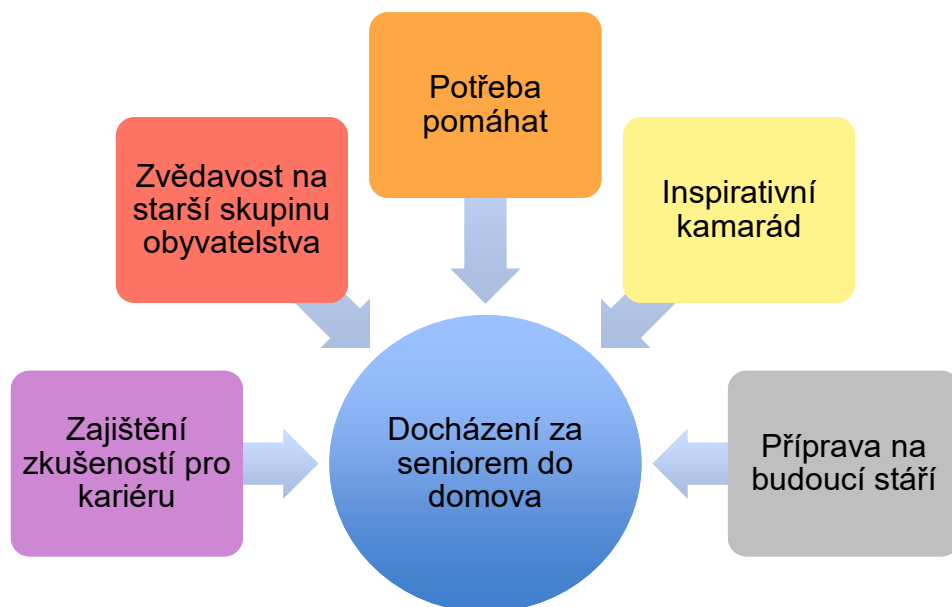


: Pravidelné směny v domově pro seniory. Přiděleného seniora nemá.

Robert Činnost: ošetrovatelská činnost, příprava a rozvoz jídla a prášků, přebalování připoutaných k lůžku pacientů.



: Návštěva staršího pana, ubytovaného v domově pro seniory. Činnost:
Zdeněk povídání na neutrální témata – knihy, příběhy z vlastního života.



Výsledky výzkumu

Druhy důvodů pro zapojení do dobrovolnictví

Důvody dobrovolníků zahrnují jak vnitřní motivace, tak i vnější faktory, které měly vliv na rozhodnutí začít pomáhat. Příčinné podmínky mohou ale nemusí tvořit řetězec, jehož konečným bodem je dobrovolnictví. Může tedy jít jak o paralelní události, kdy existence jedné nemusí vést ke vzniku další podmínky, anebo naopak - vazba je vidět. Například když těsné vztahy s prarodiči vedou k hlubšímu zájmu o lidi v seniorském věku. Studium gerontologie či jiné disciplíny zaměřené na zkoumání seniorů je cestou k získání těchto potřebných znalostí a dovedností. Podobné obory mohou mít za podmínku absolvování praxi v NNO. Na tomto příkladu je vyzorována posloupnost událostí, které jdou po sobě. Na

druhou stranu nelze tvrdit, že přeskočením studia na VŠ by se mladý člověk nedostal k dobrovolnictví pro seniory. Abych se vyhnula domněnkám, budou všechny důvody zařazeny do kategorií a analyzovány zvlášť.

Důvody plynoucí z rozhovorů se všemi respondenty tohoto výzkumu se mi podařilo roztrždit do 7 podskupin a pro lepší přehled jsou znázorněny v tabulce níže:

Tabulka č. 3: Důvody pro zapojení do dobrovolnictví

	Humanita rismus	Studium / Kariéra	Inspirativní okolí	Zvědavost	Pozitivní vztah k seniorům/ stáří	Volný čas	Obavy z života se zdravotním postižením
Sofia	✓	✓			✓		✓
Tereza	✓	✓	✓		✓	✓	
Zuzana		✓	✓				
Martina		✓	✓	✓			
Lucie	✓			✓			
Robert						✓	✓
Zdeněk	✓	✓	✓	✓			

Analýza bude probíhat následovně. Každá ze 7 kategorií obsahuje zážitky jednotlivého respondenta odpovídající dané oblasti. Za základ budou vzaty citáty z rozhovorů, na které se během analýzy budu odkazovat a případně vysvětlovat předmět povídání.

Každá z vydělených motivací může najít svůj prototyp ve VFI. Níže je představena tabulka obsahující Inventáře funkcí dobrovolníka a jim odpovídající motivace objevené v rozhovorech s dobrovolníky.

Tabulka č.4: Souvislost VFI motivací s motivy respondentů

VFI	Motivace respondentů
Hodnotová funkce	Humanitarismus
	Pozitivní vztah k seniorům/stáří
Ochota poznat svět	Zvědavost
Osobní rozvoj/Sebevědomí	Volný čas
Zkušenosti pro kariéru	Studium / Kariéra
Sociální vztahy	Inspirativní okolí
Zbavení se negativních emocí	Obavy z života se zdravotním postižením

Hodnotová funkce / Pozitivní vztah k seniorům a stáří

Pozitivní vnímání starších členů společností jednoznačně vypovídá o humánnosti. Zprvé na to můžeme nahlížet jako na lásku k lidem obecně. Zadruhé víme, že se lidé ve vyšším věku vyznačují specifiky, které vyžadují trpělivost a pochopení ostatních. Solidarita a soucit s dalšími osobami patří lidem se zvláštním humanistickým nasazením. A proto funkci Humanitarismus ve VFI patří 2 motivace z výzkumu.

Ochota poznat svět / Zvědavost

Nakládání s volným časem je volbou samotného člověka. Oblast, které se věnuje nově vzniklý časový prostor, může vypovídat o cílech bytosti. Prostřednictvím dobrovolnictví se podařilo naplnit volný čas způsobem, který si sám dobrovolník hodnotí jako smysluplný. Správné, z pohledu respondenta, využití osobních časových zdrojů blahodárně působí na jeho sebevědomí.

Osobní rozvoj / Sebevědomí

Nakládání s volným časem je volbou samotného člověka. Oblast, které se věnuje nově vzniklý časový prostor, může vyprávět o cílech bytosti. Prostřednictvím dobrovolnictví se podařilo naplnit volný čas způsobem, který si sám dobrovolník hodnotí jako smysluplný. Správné, z pohledu respondenta, využití osobních časových zdrojů blahodárně působí na jeho sebevědomí.

Zkušenosti pro kariéru / Studium/Kariéra

Budování kariéry v současném životě jde ruku v ruce se získáním vzdělání. Studium, které k tomu vede, je cestou jak uspět v kariérním životě. V kontextu provedených rozhovorů se budou rozlišovat 2 směry patřící do jedné skupiny motivací. Motivace spojené vyloženě se studiem a motivace zacílené na kariéru.

Co se studia týče, i zde vydělíme 2 skupiny. Zaprvé praxe v NNO byla nutnou podmínkou pro úspěšné absolvování vysokoškolského studia. Během praxe si mladý člověk uvědomil, že by v tom rád pokračoval i mimo studium. Za druhé během studia se některým ze současných dobrovolníků podařilo získat znalosti o skupině, o kterou se následně začali zajímat. Teoretické znalosti o předmětu, zvláště když se lišily od představ samotné bytosti, mohou vyvolat touhu přiblížit se k tomuto jevu a prakticky ukotvit získané poznatky.

Sociální vztahy / Inspirativní okolí

Motivace obsažená ve VFI předpokládá budování a posílení vztahů s lidmi, kteří se zabývají sociálními službami. V rozhovorech s dobrovolníky se zaznamenal vliv inspirativního okolí na rozhodnutí jít dobrovolničit. Ve všech případech se jednalo o přátelské či rodinné vztahy mezi dobrovolníkem a inspirující osobou. Zkušenost s dobrovolnictvím by v tomto případě mohla vést k tvorbě společného pozitivního zážitku, který obvykle má tendenci tento vztah posilovat.

Dobrovolnictví nejen posílí stávající přátelství, ale taky může vést ke tvorbě nových sociálních vazeb. Společný zájem o pomoc dalším lidem se může stát základem pro porozumění s lidmi, které dobrovolník potká během dobrovolnictví.

Zbavení se negativních emocí / Obavy z života se zdravotním postižením

Uvědomění si určitého problému je začátkem pro jeho řešení. Nejrychlejší a nejúčinnější cestou je obrátit se ke zkušenostem lidí, kteří se nachází ve shodných podmínkách. Chybami se člověk sice učí, ale může to být náročné jak na čas, tak i na zdraví v případě nevhodného zacházení. Vyrovnaný život osob, které se naučily žít plný život se zdravotním postižením, může být inspirací pro ty, kteří si zatím neví rady.

Humanitarismus

Samotná vyjádření dobrovolníků na téma jejich zapojení do dobrovolnictví byla zařazena do 4 okruhů, z nichž každý odpovídá jednotlivé funkci z Inventáře funkcí dobrovolníka. Prvním důvodem je přání jednotlivce pomáhat jiným lidem. Motivace pomáhat lidem je projevem zralé občanské pozice dobrovolníka, neboť jeho touha pomáhat vyústila v činy prospívající prostředí, ve kterém žije. Ve

své čisté podobě by tato motivace neměla vycházet z vlastního zájmu, ale měla by být postavena pouze na soucitu a milosrdenství.

Sofia

Po přestěhování do velkoměsta si Sofia uvědomila, že je oslovována s cílem přispět do veřejných sbírek častěji, než by to pro ni bylo vhodné.

„A teď tady v Praze jsem byla jako vykulená z toho, jak pořád někdo chodí s tou kasičkou a žebrá peníze. A tady úplně je to jako na každém rohu a já jako jednou jsem přišla domu a říkala, že bych tak mohla rozdat celou svoji výplatu jako že to tady někomu rozdávám.“

Je z toho vidět nespokojenost Sofie s tím, že se po ní chce přispět víc, než by si mohla dovolit. Vzniklá situace ji přijde nepohodlná, protože sebe považuje za člověka, který je ochotný pomoci, a pokud tomu něco brání, způsobuje jí to vnitřní nepohodlí. Na příkladu početných sbírek se ukázalo to, jak hodně lidí potřebuje pomoc. V určitý okamžik během povídání s maminkou sama přišla s alternativním nápadem.

„Když lidi které na to nemají peníze – tak do toho investují svůj čas.“

Sofia se po diskuzi s maminkou rozhodla věnovat svůj čas pro společenský prospěch. Zapojení do dobrovolnictví se v tomto případě stalo přirozeným projevem její vnitřní potřeby být nápomocná. Osobní touha je silnou motivací, která spolu s přínosy plynoucími z dobrovolnictví, které budou popsány v další podkapitole, zaručuje oddanost dobrovolníka.

„A mamka mě na to jako odpověděla: „A komu ty teda dáváš svůj čas?“
A já: „Vlastně nikomu“. A že bych hrozně ráda začala, a proto jsem pak začala hledat možnosti, jak to dělat.“

Starost o cizí problémy a soucit vůči těm, kdo potřebují pomoc, přivedly Sofii do oblasti dobrovolnictví. Její touha přispět k veřejnému blahobytu vyústila v pomoc seniorům.

Lucie

Svůj duševní stav, jaký měla před začátkem dobrovolnictví, Lucie popisuje následovně:

„A musím říct, že vlastně mě v životě tak nějak chyběl nějaký smysl. Někaký smysl, za čím bych šla, abych se cítila i jako víc prospěšná pro život.“

Potřeba Lucie se dá definovat jako hledání činnosti, která ji bude naplňovat a zároveň bude přispívat společnému blahu.

Překonání osobních strachů je značným osobním úspěchem, kterému předchází poctivá práce s vlastní osobností. Nejlépe chápeme problémy a soucítíme s někým, kdo se nachází v situaci nám již známé a prožité. Komunitní centrum pro osamělé lidi by mělo být místem, kde se dle záměru Lucie lidé nebudou cítit sami:

„Sama se té samoty upřímně hodně bojím. A trvalo mně dlouho než jsem se s ni naučila pracovat. Tak bych chtěla pomoci lidem, kteří právě touto samotou trpějí.“

Existuje spousta způsobů jak být mezi lidmi, aniž byste někomu pomáhali. Tím pádem volba dané aktivity nutně předpokládá existující osobnostní východiska dobrovolníka spojená s láskou k lidem.

Tereza

Radost z pomoci druhým může udělat z dobrovolnictví příjemnou volnočasovou aktivitu. Tereza pomáhá mimo jiné z toho důvodu, že jí to přináší pozitivní emoce

„Chtěla bych zkusit i něco jiného, ale zatím nevím, co přesně, ale určitě ráda bych v tom [dobrovolnictví] pokračovala. Já si myslím, že to je dobrá činnost, já ráda všeobecně pomáhám, mě to baví.“

Dobrovolnickou činnost považuje za dobrou a primární pro ni není ani ta cílová skupina, ale sám proces pomoci.

Zdeněk

Ani jeden z dobrovolníků představených v této kategorii nevěděl najisto, že právě senioři se stanou příjemci jejich pomoci. Avšak právě již existující touha pomáhat je přiblížila k tomu, čím se teď zabývají.

„Jsem chtěl někomu pomáhat, naplňovat svůj život nějakou hodnotou. Takže nechci být sobecký a zaměřený jenom na sebe a na svůj úspěch.“

Zaměření jenom na své potřeby Zdeněk kritizuje a sám by se tomu chtěl vyhnout. Na začátku uvažování nebyla specifikována ani činnost, co právě by chtěl dělat.

„Potřebuji k tomu nějakou tu prospěšnou činnost.“

Určení toho, že má jít o věc společensky prospěšnou jasně vypovídá o záměru mladého člověka participovat v občanském životě.

Studium/Kariéra

Druh motivace Studium/Kariéra obsahuje v sobě vazbu mezi studiem nebo zaměstnáním a volbou jít dobrovolničit. Pomoci citát z rozhovorů znázorním jakou roli hrála škola a práce v řetězci faktorů vedoucích k zapojení do veřejné prospěšných neplacených aktivit. Sofia a Tereza dospěli k myšlence o dobrovolnictví pro seniory v důsledku získaných znalostí a dovedností o stáří a o starších lidech. Na druhou stranu lze očekávat že vědomá preference jimi zvoleného oboru předpokládá zájem o problematiku spojenou se starší generací.

Zuzana a Martina obě měly povinnou praxi v rámci studia. Praxe která byla původně určená na několik měsíců vedla k jejich dobrovolnému pokračování.

Dobrovolnictví se může stát cestou jak získat zkušenosti v oblasti patřící dobrovolníkově budoucí kariéře. Dobrovolník může životopis zpestřit také záznamem o provádění dobrovolnictví, jelikož HR společností které propagují CSR (Corporate Social Responsibility) mohou mít lepší přístup k uchazečům zapojeným do neziskového sektoru. V současné době čím dále tím víc firem se snaží být společensky odpovědné. Dodržování zásad CSR ze strany firem může mít různé formy a projevy. Fair Trade² obchody, zřízené nadace, benefity pro dobrovolníky ve firmě a hodně dalšího. Otázkou je zda vedení sleduje zájmy společnosti a životního prostředí výlučně kvůli osobním etickým standardům, anebo je tím hnacím motorem pozitivní vnímání těchto činností potenciálními zákazníky. Samozřejmě určité pozice po pracovnících vyžadují určité dovednosti, specifické pro výkon dané konkrétní práce. To, jak zkušenosti v dobrovolnickém sektoru mohou být pochopeny potenciálním zaměstnavatelem, není do určité míry jisté. Přestože se jedná o činnost hodnou úcty – musíme brát v úvahu hodně faktorů. Ať už se jedná o politiku a priority firmy, kam se mladý člověk hlásí, osobní postoj vedení a HR k dané zkušenosti. Aktivní účast na akcích zaměřených na ochranu životního prostředí by mohla být překážkou pro ztotožnění nového zaměstnance s cíli například ropného či tabákového podniku. To i přestože se

² Fair Trade – zjednodušeně je vize podnikání, kde lidé a planeta mají přednost před ziskem. Cílem je podpora znevýhodněných výrobců, boj proti chudobě a diskriminaci. (WFTO, 2018: s.12)

podobné podniky snaží zlepšovat svoji pověst tím, že věnují značné částky na výzkum v oblasti ekologie a udržitelného rozvoje.

Vztah dobrovolnictví a pracovního trhu lze vysvětlit pomocí signální teorie. Tuto teorii profesor Harvardské univerzity Michael Spence popsal ve svém článku „Signály na trhu práce“. (Spence, 1973) Dle této teorie trh práce je přesycen signalizujícími uchazeči o práci. Na trhu práce zaměstnavatele nemají k dispozici potřebné informace které budou nápomocné při výběru správného kandidáta mezi hodně dalšími. Dle Spenceho vzdělání a získané zkušenosti signalizují o kompetenci a o časových investicích uchazeče do své kariéry.

Sdělení dobrovolnické zkušenosti s potenciálním zaměstnavatelem je odůvodněno očekávanými pozitivními následky. Dobrovolnická činnost by měla v tomto případě sloužit “signálem” že se jedná o člověka disponujícího typickými pro dobrovolníka rysy. Je soucitný, společensky odpovědný, humánní a nelhostejný. Aby signály byly všimnuty tak jak si to přeje sám dobrovolník je potřeba brát na zřetel osobní postoj na vykonávané dobrovolnictví samotného příjemce těchto signálů.

Sofia

Díky znalostem získaným během studia na VŠ Sofia nejen změnila svůj názor na seniory jako skupinu, která se jí předtím nezdála atraktivní:

„Vůči nim [seniorům] měla jako dost odmítavý postoj. Ale vlastně mě ho ten studium hodně změnil.“

Ale i otočila svoji pozornosti na starší věkovou skupinu, které by mohla pomoci:

„A dost jsem je začala jako skupinu vnímat hodně pozitivně a měla jsem chuť jim nějak pomoci.“

Je zajímavé sledovat jak nově získané znalosti mohou změnit vnímání toho, co si člověk dlouhá leta zvykl chápat způsobem, do určité míry ovlivněným stereotypy.

„Když jsem zjistila, že ti senioři nejsou úplně takový ty nemohoucí, páchnoucí, ležící nebo zdržující se v tramvaji. Tak jsme se podívali i na ty seniory, kteří jsou vzdělaní a chtějí se zúčastnit toho života, být aktivní.“

Rozhodující byla ukázka seniorů jako skupiny, která se díky svému životnímu stylu přiblížila mladým lidem studujícím VŠ. Spojujícím bodem je to, že obě skupiny jsou aktivní, z nichž jedna je na cestě k vysokoškolskému vzdělání a druhá ho již dosáhla.

Tereza

Podnět pro čin může být spojen s různými typy emocí. Předmět, na který se odkazuje Tereza, se zabývá vzděláním seniorů. Během studia si začala uvědomovat chybějící sociální kontakty staršího obyvatelstva.

„Právě ten předmět [na VŠ], gerontagogika... A první impuls, který mi k tomu dokopal, že jsem začala o tom víc přemýšlet. že jsme tam řešily různé aspekty že senioři jsou často sami a nemají ten kontakt.“

Z celého okruhu otázek, které se řeší v rámci tohoto předmětu, Tereza obrátila zvláštní pozornost na samotou seniorů. Dodatečně k tomu říká, že „Chtěla jsem dělat něco, co má smysl. Prostě někomu zlepšit den.“ Pomoc potřebným lidem je to co pro ni má hodnotu a proto do toho šla.

Zuzana

Může to znít překvapivě, ale dobrovolnictví se může stát povinnou podmínkou na cestě ke kariéře. Z jednoho úhlu pohledu to může být v rozporu se základní myšlenkou dobrovolnictví, ke kterému člověk by neměl být nucen. Ale na druhou stranu, je hodně sfér kde by se pomoc hodila a zároveň potenciální specialista by mohl získat zkušenosti. Hodiny které se obvykle vyžadují v rámci praxe na vysoké škole pohybují v rozmezí 40-120 hodin. Bylo vybráno optimum které by nezatížilo studenta a zároveň by v určité míře pomohlo neziskovým organizacím. Zuzana chtěla studovat VŠ a vybraný jí obor byl podmíněn absolvováním praxe v neziskovém sektoru.

„Jsem chtěla studovat psychologii a na psychologii musíš mít na ten začátek nějaké dobrovolnické kurzy.“

Ale vzhledem k tomu, že je jedním z respondentů, tak je vidět, že v tom a „*skoro už to budou dva roky a furt tam chodím a já to mám ráda*“. I přesto, že už tam chodit nemusí, jelikož již má odpracovaný dostatečný počet hodin nezbytných pro studium. To znázorňuje zajímavý jev: jak vzdělávací systém, ať už chtěně či nechtěně, přispívá ke zvýšení počtu dlouhodobých dobrovolníků.

Martina

Na rozdíl od Zuzany, která měla přijetí ke studiu podmíněné praxí v OOS, měla Martina odpracovat určitý počet hodin již v rámci svého studia na VŠ.

„Takže my na gender studies máme možnost si udělat stáž v nějaké neziskové organizaci ... Pak mě to začalo bavit.“

Po skončení studijní povinnosti Martina u dobrovolničení zůstala, ale dá se říct že studijní obor ji k tomu přiblížil.

Zdeněk

Zdeněk nahlížel na dobrovolnictví jako na možný benefit při ucházení o práci:

„A říkám, možná by to byla skvělá příležitost získat nějakou zkušenost do svého životopisu.“

Na otázku proč si tak myslí, řekl že *„lidi kteří pomáhají se zdají lepší...že nejsem takovej lhostejný, není mi to jedno“*. Zapojení firem do veřejně prospěšných projektů vyvolává dojem, že podobnou občanskou participaci budou uznávat i mezi zaměstnanci.

V průběhu rozhovoru se Zdeňkem se objevila další motivace, kterou lze spojit s kariérou. Smíření se stářím může být užitečné, jelikož to vede k přemýšlení o vlastním životě v důchodu. Analýza budoucích komplikací vyvolaných zhoršeným zdravotním stavem by mohla a měla vést k včasné přípravě ke stáří.

„Taky bohužel budu jednou senior. Právě jsem šel s tím, že se můžu podívat a možná se připravit na to stáří takovým způsobem, abych nebyl zátěží zbytečnou pro své okolí, pro svoji rodinu, kterou budu mít.“

Mládí a je období, po skončení kterého následuje závěrečná životní etapa. Je rozumné, aby se mladý člověk zamyslel nad obdobím, kdy se v důsledku přirozeného úpadku sil stane závislým na pomoci dalších osob. Je tady zaznamenáno uvažování o stáří jako o období, na které, aby se člověku a jeho okolí žilo dobře, je potřeba se připravovat již v mládí. Stáří se stává výzvou pro mladé lidi.

Inspirativní okolí

Není překvapivé, že se lidé prostřednictvím komunikace navzájem ovlivňují. Člověk se přirozeně snaží obklopit lidmi, které považuje za zajímavé, dobré a

sympatické. Díky ustáleným přátelským vztahům člověk má tendenci pozitivně vnímat koníčky a rozhodnutí blízkých lidí. Někteří lidé disponující výrazným osobním kouzlem mohou motivovat spoustu dalších lidí, se kterými ani nemusí být v těsném kontaktu. Ale tady budeme mluvit vyloženě o těch, kdo patří do blízkého okolí dobrovolníka.

Tereza

Častá povídání s kamarádkou zaručují výměnu zkušeností, plánů a vůbec zachovávají přehled o aktuálních životních událostech. Důvěra ke kamarádce, vzniklá na základě přátelství, vedla k touze také vyzkoušet dobrovolnictví.

„My [s kamarádkou] se často dost bavíme, a je hodně inspirativní, co všechno stíhá, kde působí, takže navedla mě na ty neziskovky.“

Postoj ke člověku ovlivňuje náš vjem toho co dělá. Tím pádem lze očekávat, že se lidé zapojí do aktivit, které jim doporučí člověk, kterým jim přijde sympatický.

Zuzana

Od narození člověk vstupuje do společnosti. Roste, vyvíjí se a umírá v ní. Vývoj člověka je ovlivňován mnoha různými faktory, biologickými i sociálními. Hlavním sociálním faktorem ovlivňujícím formování osobnosti je rodina. Rodiny jsou úplně různé. Jde o složení rodiny, o rodinné vztahy mezi členy rodiny nebo postoj členů rodiny vůči lidem kolem sebe. V rámci rodinné výchovy se formuje pozitivní či negativní pohled člověka na svět. Vztahy v rodině ovlivňují také to, jak si člověk v budoucnu vybuduje svou kariéru, jakým směrem půjde. Rodina dává člověku hodně, ale také nemusí dát nic. Existují rodiny s jedním rodičem, rodiny s dětmi se zdravotním postižením atd. Je samozřejmostí, že se vztahy a výchova v

těchto rodinách zásadně liší od výchovy v běžné plné rodině. Odlišná je také výchova ve velkých rodinách, s velkým počtem dětí, sourozenců.

V rodině člověk dostává první životní zkušenosti, dělá první závěry a učí se chovat v různých situacích. Je velmi důležité, aby to, co rodiče učí dítě, bylo podpořeno konkrétními příklady, aby vidělo, že se u dospělých teorie neodchyluje od praxe.

Zuzana z rodiny převzala zvědavost a zájem o lidi se sociálním znevýhodněním, a to díky tomu, že měla před sebou vzor maminky, která pracovala s dětmi majícími postižení:

„Ono je to hodně z rodiny, protože moje mamka je pedagog a ona vlastně pracovala s postiženými dětmi... Takže od malička jsem poslouchala, co maminka dělala, jakou měla práci, takže asi sama jsem chtěla se přiblížit.... Já jsem od ní slyšela tyhle věci, zajímala jsem se o to.“

Předpokládá se důvěra vůči člověku, jehož zkušenosti si člověk váží a jde si to vyzkoušet na vlastní kůži. Tuto blízkost vztahu lze odvodit od toho, že právě mamince řekla Zuzana jako první o svém rozhodnutí jít pomáhat do domova pro seniory.

„Tak ta první to určitě byla mamka u ni jsem měla tu podporu. Ona toho hodně prošla, ona mě řekla.“

Martina

Občas stačí jen známost, aby se shodou náhod člověk dostal do zorného pole osoby, která ho osloví s nápadem.

„Shodou okolností....oni mě oslovili, vlastně moje kamarádka.“

Na druhou stranu musí být i další důvody, aby vybrali právě vás. Mezi ně patří předpokládaný zájem osoby o danou problematiku, to, že nenarazí na odmítavý postoj, ale na ochotu pomoci a jistotu, že se je podaří přesvědčit o vhodnosti dobrovolnictví.

Zdeněk

Kamarádi vnášejí všude možné dobré návyky, motivují nás vést zdravý životní styl, zkoušet nové věci. Přijatá rozhodnutí nemusí vždy patřit samotné osobě. To znamená, že naše okolí má silný vliv. Člověk žije ve společnosti a je nezbytné, aby komunikoval s ostatními lidmi. Každý hledá pomoc, podporu a schválení od svých přátel. Občas jdeme vyzkoušet něco, abychom uspokojili nám blízkého člověka a přispěli tím k vztahu s ním:

„Mám kamaráda, který je nadšencem pro pomoc lidem, okolí, přírodě a tak. A dlouhodobě mě přesvědčoval, ať to zkusím taky. Takže jednou jsem tu nabídku přijal.“

Zvědavost

Zvědavost pomáhá se zbavit stereotypů. Když jsme zvědaví, nehodnotíme lidi na základě jejich rasy a pohlaví.

Stereotypy se mohou vztahovat nejen na lidi, ale také například na metody, techniky a přístupy. Pokud jste zvědaví, začněte experimentovat. Existuje vysoká pravděpodobnost získání zcela nového pohledu na již známé věci.

Martina

Díky dobrovolnictví může člověk získat nové zkušenosti, přiblížit se k sociálním skupinám za jiných okolností nedostupným. Práce pro seniory zaručuje trávení času s lidmi vyššího věku. Vzájemná interakce osob, mezi kterými je celá generace, není častou záležitostí mezi neznámými lidmi. Začátek svého dobrovolničení Martina vidí ještě v době, kdy jako dítě jezdila na tábory. Od toho již uplynulo hodně let a celá řada událostí. Poslední dobu Martina pořádá pravidelné schůzky se seniory, kteří patří do LGBT komunity.

„Takže to je asi ta hlavně motivace, nahlédnout do velké části naší společnosti, se kterou se setkávám jenom takhle... Ale třeba kdybych třeba přišla do kavárny, že by tam seděli senioři a já bych se s nimi šla bavit... A poslouchala bych o čem se baví.“

Je pravda že v každodenním životě by se od nás neočekávalo, že bychom měli kamarády primárně mezi osobami výrazně staršími.

Orientace dělá tuto skupinu ještě užší a vzácnější. Martina se laskavě podělila o svůj postoj k této problematice:

„Nejsem úplně striktně heterosexuální. Není to pro mě vůbec žádné téma. Není to něco, co by mě nějak ohrožovalo. ...[o LGBT-seniorech] lidí, kteří za úplně stejnou informaci byli vyhazováni z práce, kteří byli odstrkovaní rodinou.“

To co dneska ve vyspělých zemích bereme jako normu - dřív, a to pouhých 30-40 let zpátky, bylo trestáno nejenom ze strany státu, ale i ze strany rodiny. Potlačující vliv komunistické ideologie donucoval lidi sdílet myšlenky, které byly prohlašovány za správné. Odchylky od uznávané normy se braly jako zrada a podkopávání morálky. Životní příběhy plné neštěstí, překážek a nespravedlnosti

bychom měli znát z minimálně dvou důvodů. Zaprvé nám každá zkušenost dává prostor pro vyhýbání se zásadním chybám již udělaných někým před námi. Zadruhé se budeme cítit víc vřelí za to, co máme, jelikož se na své možnosti podíváme jako na něco vzácného a předtím nedostupného.

Zdeněk

Dobrovolnictví můžeme považovat za něco, co může lákat lidi ze zvědavosti. Náhoda může mít různou podobu a je faktorem, který nemůžeme předpovědět. V případě Zdeňka hrála velkou roli osobnost jeho kamaráda, *který je nadšencem pro pomoc lidem, okolí, přírodě a tak*. To, že zkusil dobrovolničit právě pro seniory, když si mohl vybrat jinou oblast – bude popsáno v podkapitole Vlastní prarodiče. Avšak v daný okamžik jeho začátek můžete vysvětlit přirozenou touhou mladého člověka, který *chtěl zkusit něco nového*.

Pozitivní vztah k seniorům/stáří

Komunikace se staršími lidmi může být náročným úkolem. Někdy můžeme mít pocit, že nemáme nic společného s lidmi, od kterých nás odděluje skoro půl století. Starší lidé však mají neocenitelné zkušenosti a znalosti. Jejich rady mohou mladým lidem pomoci vyrovnat se s obtížnými životními situacemi. Proto je velmi důležité naučit se zacházet se staršími lidmi s úctou.

Sofia

Dobrovolnická pomoc je projevem dobré vůle jedince, který jde vědomě pomáhat tomu, jehož život chce zlepšit. Pozitivní vnímání příjemce pomoci odůvodňuje a podporuje snahu dobrovolníka.

„Jsem je [seniory] začala jako skupinu vnímat hodně pozitivně a měla jsem chuť jim nějak pomoci.“

Vnitřní souhlas s tím, že poskytovaná pomoc je potřebná a skupina seniorů si to zaslouží, tvoří základ pro vytrvalost v dobrovolnictví.

Tereza

Nepodmíněná představa seniorů jako nosičů kladných osobnostních charakteristik je také důsledkem stereotypního vnímání starších členů společnosti.

„Já jsem měla to štěstí, že jsem taková, že předpokládám, že starší lidi jsou milí a vděční.“

Daný příklad znázorňuje, že i předsudky mohou vést k společensky prospěšným následkům.

Volný čas

Současný svět klade vysoké nároky na jedince, co všude musí stihnout. Volný čas je spíše vzácností a pestrá nabídka volnočasových aktivit nedává prostor pro možnou nudu. Vzniklý čas je doplňkovou nikoli jedinou hlavní motivací pro dobrovolníky, které jej okrajově zmiňují během svého povídání.

Tereza

Vzniklý volný čas nabízí prostor pro vyzkoušení nových sfér, na které člověk doposud neměl čas.

„Zároveň to byl zrovna takový semestr kdy jsem neměla moc volitelných, protože já tam to vždycky nacpu, a tentokrát to bylo volnější a já jsem přemýšlela, co budu dělat.“

Samozřejmě potřebujeme volný čas, abychom ho do pomoci druhým mohli investovat. Disponování časem je relativitou, jelikož velkou roli hrají osobní preference, jak s omezeným časem nakládat. Sami víme, že člověk vždy najde čas na to, co má rád.

Robert

Málokoho napadne něco jiného, než po odpracovaném týdnu odpočívat. Víkend nebo pracovní volno jsou chápány jako zákonem určený nepřetržitý odpočinek, na který má nárok každý pracující jedinec. Robert se necítil spokojený s tím, že o víkendech nevěnoval svůj čas něčemu prospěšnému.

„Spíš jsem to bral tak že hodně víkendu jsem nic nedělal a štválo mě že ztrácím čas, že jsem doma. Když si člověk tak vezme, tak má spoustu volného času, který mohu trávit jinak...“

A taky potvrzuje obecnou pravdu, že všechno jde - pokud se chce.

Obavy z života se zdravotním postižením

Sofia

Živá interakce se skupinou disponující společnými vlastnostmi umožňuje získat přehled, který by nebyl dostupný bez ponoření do dosud neznámého prostředí. Pokud čelíme problému, pro řešení kterého nemáme dostatečné zkušenosti, je třeba se obrátit k tomu, kdo to již zažil a je schopen se o to podělit.

„Jsem změnila cílovku na nevidomí [senioři]. Protože se mi zhoršuje pořád zrak a chtěla jsem být jako připravena na to, že, když je člověk nevidomej, tak ten život může být tak plnohodnotnej.“

Díky seznámení a dlouhodobému kontaktu s nevidomými seniorkami se Sofii podařilo nahlédnout do života těchto osob a ujistit se, že se lze radovat ze života, i když je člověk nevidomý.

Robert

Na otázku proč si vybral právě dobrovolnictví pro seniory jako volnočasovou aktivitu odpověděl, že

„Já jsem šel studovat...ale kvůli zdraví jsem to nemohl dělat. Protože to zdraví se mi zhoršuje. Tak kvůli tomu jsem šel sem.“

Předpokládám, že je dobrovolnictví pro seniory v daném kontextu bráno jako činnost vyžadující úsilí, kterou dobrovolník vnímá jako reálnější za okolností ovlivněných jeho zdravím.

Za druhé není jasné, zda zdravotní problémy, které dobrovolník zmiňuje, lze v nějakém smyslu propojit právě se starší skupinou obyvatelstva, u které lze přirozeně častěji očekávat různé typy nemoci ve spojitosti s vyšším věkem.

Vlastní prarodiče

Zkušenosti respondentů jsem rozdělila do 3 skupin. 1. Zkušenosti, které si dobrovolník hodnotí jako dobré; 2. Zkušenosti, které pozitivní nebyly; 3. Absence žádných zkušeností.

Tabulka č. 5: Zkušenosti respondentů s vlastními prarodiči

	Mám dobré zkušenosti	Nemám dobré zkušenosti	Nemám žádné zkušenosti
Sofia		✓	
Tereza	✓		
Zuzana	✓		
Martina	✓		
Lucie	✓		
Robert	✓		
Zdeněk			✓

Mám dobré zkušenosti

5 ze 7 dobrovolníků prohlásilo, že jejich vztahy s vlastními prarodiči lze považovat za dobré. Na základě toho tvrdím, že dobrá zkušenost může vést k rozhodnutí dobrovolničit pro seniory. Alespoň tomu nemůže bránit.

Dobré zkušenosti lze dále posuzovat dle skutečnosti, zda prarodiče jsou živí anebo už ne. Nebyly vyzorovány zvláštnosti, které by ty dvě potenciální skupiny odlišovaly. Naopak je spojuje to, že čas trávený spolu s prarodiči byl příjemný a komunikace nevázla, aniž by při tom museli zvlášť přemýšlet. Porovnání klientů, tj. seniorů v domovech, ze strany dobrovolníků s vlastními prarodiči se vyskytovalo v každém rozhovoru.

Tereza

Tereza si uvědomuje vliv vlastních prarodičů na formování osobního pohledu vůči stáří a starým lidem obecně.

„A mám pozitivní vztah k seniorům, asi myslím, že i díky mým prarodičům, protože jsme měli dobrý vztah....Já jsem měla to štěstí, že jsem taková, že předpokládám, že starší lidi jsou milí a vděční.“

Tereza si taky všímá aktivního životního přístupu vlastní babičky.

„Třeba moje babička, která je aktivní, má dvě zahrady a furt lítá, furt něco překopává, předělává sama. A třeba kdyby někdo takové štěstí neměl třeba by měl nějaké postižení.“

Starší dáma kterou navštěvuje, respektive navštěvovala, je nevidomá a jsou s tím spojená určitá omezení.

S vlastními prarodiči nemá možnost se často vidět vzhledem k tomu, že žijí daleko od sebe. V důsledku toho dokonce cítila vinu, protože čas věnovaný seniorce vnímala jako čas vzatý vlastním prarodičům.

„No pak to jsem tam potom měla takové dilema, že ji (seniorku) vidím častěji než své prarodiče.“

Postupem času se s tím vypořádala a nastavila vztahy tak, aby všechny strany zůstaly spokojené.

Zuzana

Když Zuzana porovnávala vlastní prarodiče s jejich vrstevníky, nacházejícími v domově pro seniory, vyzorovala rozdíly v chování:

„Moje prarodiče jsou aktivní, je na nich vidět ten život, když v tom Domově pro seniory oni nepodléhají tomu režimu tam. Moji prarodiče jsou aktivní až moc.“

Na pobyt v domově její vlastní prarodiče nahlíží spíše negativně. Samotnou dobrovolnickou činností od domova neodděluje, a proto se dobrovolnice k vlastnímu překvapení nepotkala s přijetím ze strany prarodičů.

„Negativní reakce prarodičů...Oni [prarodiče] říkali, že sami si nepřejí, aby šli do domova pro důchodce.“

Činnost vnučky mohla být pochopena jako její zájem o pobyt starších lidí v domově pro seniory, který se pro ně zdá jako reálná hrozba. Rozhodnutí o umístění do ubytovacího zařízení často záleží na rozhodnutí příbuzných, na jejich možnostech a ochotě zajišťovat domácí péči pro staršího člena domácnosti. Zuzana uznává, že její prarodiče nepatří do domova a nevyslovuje záměr je tam v budoucnu ubytovat.

Martina

V paměti Martiny komunikace s vlastní babičkou byla častou a nenáročnou záležitostí.

„Svoji babičkou teď už nemám. Ani žádného dědu. Se svojí babičkou jsem zvyklá komunikovat a nemusela jsem nad tím přemýšlet.“

Při popisu rozdílu mezi vlastní babičkou a seniory, který pomáhá, v této souvislosti narážíme na komplikaci spojenou se zdravotním stavem seniorů. Horší sluch, pomalejší reakce – více je k tomuto napsáno v podkapitole Komplikace.

Lucie

Lucie byla zvyklá pravidelně navštěvovat svoji babičku. Sama dobrovolnice uznává, že vnoučata měla pro babičku velký význam.

„A uvědomila jsem si, jak ona byla šťastná, když jsem za ni přijela, když jsme spolu jely na nákup, když chodila na moje koncerty. A jak to všechno prožívala. Víš jako třeba i bracha hraje tenis, tak zase vystřihovala články z novin o něm.“

To porozumění babiččiných emocí přišlo s časem: „A mně to v tu dobu jako vůbec nedocházelo.“

Ale když se jí prostřednictvím poctivé duševní práce podařilo smířit se ztrátou oblíbené babičky „na konci toho všeho se objevilo to světlo v podobě obrovské vděčnosti za to že jsem tu babičku vůbec měla.“

Sama provedená práce Lucii pomohla pochopit důležitost komunikace mezi prarodiči a vnoučaty. Babička Lucie měla „štěstí že má vnoučata, která by se jí věnovaly a se kterými by si mohla povídat“. Když ji porovnála se seniory, které denně potkává, tak přišla na to, že ti takové štěstí nemají: „Dům je fakt plný lidí který jsou v důchodu a žijí sami“.

Robert

Postoj Roberta vůči seniorům obecně před začátkem dobrovolnictví nebyl pozitivní.

„Neměl jsem rád moc starý lidi všeobecně. Kromě teda svojí babičky a dědy.“

Přesto do toho šel s vlastními motivacemi, které jsou popsány v podkapitole Motivace. Dobré vztahy s vlastními prarodiči jsou v tomto případě záležitostí, která neovlivnila Robertovo vnímání seniorů obecně.

Nemám dobré zkušenosti

Zájem o jev stárí může být vyvolán i jinými motivacemi než dosavadními zkušenostmi z vlastní rodiny. Obě dvě následující podkategorie mají shodnou vlastnost: chybějící dobré zkušenosti z vlastní rodiny.

Na druhou stranu absence jakýchkoli zkušeností vylučuje i ty špatné. A proto je budování vlastního postoje vůči starším lidem v tomto případě osvobozeno od určitých očekávání a domněnek.

Sofia

Sofie nepovažuje zkušenosti s vlastní babičkou za podnět k její dobrovolnické činnosti:

„Takže na základě toho bych rozhodně nešla pomáhat seniorům, protože bych se bála, že by byly takový.“

Sofii se podařilo oddělit své vnímání seniorů obecně od předsudků založených na vlastních zkušenostech. Tomuto předcházelo studium na vysoké škole, které „vlastně mě ho [postoj] hodně změnil a dost jsem je [seniory] začala jako skupinu vnímat hodně pozitivně.“

Nemám žádné zkušenosti

Zdeněk

Představy o prarodičích Zdeněk získal, tím že pozoroval své vrstevníky, kteří je měli. Mluví o vztazích s prarodiči jako o standardu, to znamená, že většina dětí v jeho okolí to měla podobně.

„Takže neměl jsem to standardní dětství které často probíhá ve spojení s babičkou a dědečkem. Nějaký chalupářství nebo něco podobného, o to jsem právě přišel.“

Píše o tom, že mu chyběli prarodiče. Vzhledem k tomu, že Zdeněk byl dítě, když prarodiče zemřeli, neměl možnost s nimi navázat vztah.

„Já navíc nemám ty prarodiče, takže mě jako chyběli. Už odmalička mě zemřeli prarodiče.“

Potřeba Zdeňka mít prarodiče může být spojena s jeho neuspokojenou touhou mít shodné zážitky s jeho vrstevníky.

Přínosy pro dobrovolníka

Materiální odměna je univerzální a snadno měřitelná. Přínosy, které plynou z dobrovolnické činnosti, jsou dobrovolníky vnímány individuálně. Z rozhovorů se mi podařilo vydělit 5 opakujících se skupin přínosů.

Zkušenosti starších lidí a odezvy klientů jsou nejčastěji zmiňovanými přínosy. Zastavím se u shod, které se týkají méně volených kategorií. Podobně vybrané přínosy mají Tereza a Zdeněk a dále Lucie a Robert.

Pouze v případě Terezy a Zdeňka byl zmíněn pocit prospěšnosti. Další jiné body, které tyto dva respondenty spojují, nalezeny nebyly. Motivace, které měli každý z nich, a sice humanitarismus, studium a inspirativní okolí, byly naznačeny nadpoloviční většinou všech ostatních respondentů.

Zkušenosti starších lidí a zároveň vlastní rozvoj jako přínosy plynoucí z dobrovolnictví pro seniory vidí jak Lucie tak i Robert. Když se obrátíme k jejich motivacím, najdeme zde i další spojkou. Jsou jediní dva, u kterých se nevyskytuje kariérní funkce. Seberozvoj je spojen s vnitřní proměnou, která je pozitivně vnímána bytostí samou. Daný přínos by mohl logicky vyplývat ze studia rozšiřujícího znalostní okruh. Přiblížení k seniorům, jako ke skupině disponující vzácnými znalostmi, by se mohlo stát zvláštní motivací vedle kariérní funkce.

Tabulka č. 6: Přínosy plynoucí z dobrovolnictví pro seniory

	Zkušenosti starších lidí	Odezvy klientů	Seberozvoj	Pocit prospěšnosti	Trávení volného času
Sofia	✓	✓			
Tereza	✓	✓		✓	
Zuzana		✓			
Martina			✓		
Lucie	✓	✓	✓		
Robert	✓		✓		
Zdeněk	✓	✓		✓	✓

Zkušenosti starších lidí a zároveň vlastní rozvoj jako přínosy plynoucí z dobrovolnictví pro seniory vidí jak Lucie tak i Robert. Když se obrátíme k jejich motivacím najdeme si i další spojku. Jsou jediní dva kdo nemá kariérní funkci. Seberozvoj je spojen s vnitřní proměnou která je pozitivně vnímána bytostí samou. Daný přínos by mohl logicky vyplývat ze studia, rozšiřujícího znalostní okruh. Přiblížení k seniorům jako ke skupině disponující vzácnými znalostmi mohlo by stát zvláštní motivací vedle kariérní funkce.

Zkušenosti starších lidí

Přínosy popisované respondenty v dané podkapitole lze shrnout pod pojmem zkušenosti starších lidí. Jedna z opakujících se vyzorovaných situací je spojena s postojem seniorů k jejich dosavadnímu životnímu stavu. Dobrovolníci uznávají, že ve vyšším věku je člověk vystaven problémům, které jeho život komplikují.

Situace, kterým čelí senioři, se dobrovolníkům zdají velice náročné. A proto mladí lidé obdivují sílu ducha starších lidí nejen smířit se s tím, že život se blíží ke konci ale taky to brát s humorem. Zhoršení a dokonce i ztráta zraku či sluchu nejen komplikují interakci, ale taky vnáší změny do každodenních základních záležitostí. Většinou jsou tyto změny v organismu nenávratné, a proto život již nemůže být stejný jaký byl za funkčnosti všech orgánů. Nově vzniklé okolnosti nutí seniora otočit svoji pozornost na věci, které přináší pozitivní emoce bez ohledu na případné nemoci. Taky se v během rozhovorů respondenti zmiňují zkušenosti starších lidí obecně. Někteří z respondentů tomu říkají moudro, jiní tomu říkají zažití spousty událostí za dlouhý život.

Tereza

Výměna názorů a myšlenek je dle Terezy užitečná v obou směrech. Jak od mladých lidí ke starším, tak i naopak.

„Hodně zkušeností nám můžou předat. Já si myslím, že není to jenom jednostranné dávání mladým starším a je tam i ta zpětná vazba starších mladým. Takové moudro...“

Moudrem Tereza myslí nepostradatelné rady starších lidí, kteří vyvodili závěry z různých životních událostí. Schopnost najít kompromis, dosažení cílů s co nejmenším úsilím a zachování duševní rovnováhy jsou podle mě klíčovými body, ze kterých se skládá pojem „moudro“.

Dále Tereza popisuje situaci, ve které se nachází její klientka, a jak to sama vnímá. Při absenci nejen smyslového organu ale i mobility si seniorka užívá svůj život takový jaký je.

„A tak nějak (je imobilní, nevidomá) dožívá. Je pořád pozitivní a vtipná, je veselá, ale dožívá. Že už se prostě ani hýbat nemůže, ani se nemůže sama najíst. Ale brala to s humorem, co jsem obdivovala.“

Tereza byla nadšená schopností starší paní soustředit se na věci, které ji baví bez ohledu na okolnosti, které se zdají přitěžující.

Zdeněk

Starší pán, kterého Zdeněk navštěvuje, během života zažil události, které dobrovolník označuje jako „složitě“. Pod tím si představuji komplikované situace, které vyžadovaly včasné řešení.

„Já jsem se v tom domově důchodců seznámil s jedním pánem, docela zajímavým. Je už takový starší, se složitým životním příběhem...jejich [seniorů] životní zkušenosti občas jsou nepostradatelné.“

Postupem času si člověk může zhodnotit správnost udělané volby a spolu s tím popřemýšlet o potenciálních důsledcích alternativních rozhodnutí. Věci, které mladý člověk ještě musí řešit, mohou být seniorovi již známy. A proto jsou rady,

kteří je senior schopen poskytnout, opřeny o jeho životní zkušenosti, a tak mohou být užitečné a hodnotné.

Robert

Životní hodnoty člověka ve vyšším věku jsou jiné než u něj samého za mladí. Mění se hodnoty a cíle a spolu s tím se mění pohled člověka na sebe samého. Smíření se s blížícím koncem lze také nazvat moudrem, které usnadňuje současný život.

„Berou ten život v nadsázce, že už vlastně vědí, že se to pomalu blíží k nějakému konci takže si myslím že starý lidi to dokážou dělat z toho srandu.“

Na druhou stranu vysmívání se smrti může skrývat strach před ní. Každopádně schopnost o tom otevřeně mluvit vyžaduje odvahu a sílu ducha, což si zaslouží uznání.

Lucie

Výměna myšlenek, energie a emocí nemůže být jednostranná, pokud jde o přímý kontakt v rámci menší skupiny lidí. Oboustranné ovlivňování je dle Lucie užitečné jak pro starší, tak i pro mladé lidi.

„Protože už jsme skupina v ateliéru mladých lidí a setkáváme se s těmi seniory. Tak tam dochází k úžasné výměně zkušeností třeba anebo vůbec tam ten zájem.“

Interakce se seniory může intuitivně vyvolávat asociace s vlastními prarodiči.

„A myslím si, že je to super inspirace pro mladé lidi kolem jenom proto, aby si zamysleli nad tím, že mají ty své prarodiče.“

Uvědomění potřeb seniorů může vést k porozumění vlastním prarodičům a zlepšením vztahů s nimi.

Sofia

Sofia vyjadřuje své nadšení vůči vyššímu věku seniorky a jejím koníčkům, které samy o sobě stojí za pozornost.

„Ale zároveň ve svých 84 letech čte si jako anglicky, pořád jako aktivně mluví rusky. Vůbec jako každý ráno se vzbudí a jde si zacvičit.“

Znalost a ovládnutí vícero cizích jazyků není v daném případě poháněno pracovními potřebami. Tím pádem je celá výuka jazyka opřena pouze o interní motivace, a proto je hodna úcty ještě víc.

K vlastnostem, které se častěji vyskytují mezi staršími než mladšími lidmi, patří například přirozené brzké probuzení.

„A je hrozně šťastná z toho, že spí málo, protože má aspoň víc času na své zájmy a tak.“

Sofii navštěvovaná seniorka si užívá času vzniklého z důvodu delšího bdění. Naplněnost jejího života různými koníčky jí zaručuje spokojenost se současným stavem.

Odezvy klientů

Pozitivní zpětná vazba příjemců naší pomoci dává motivaci a jistotu, že se věnujeme něčemu smysluplnému. Předpoklad získání pochvaly nemůže být

jediným faktorem, který by byl dostačujícím pro dlouhodobé setrvání v oboru. Ale na druhou stranu častost výskytu daného přínosu mezi respondenty vypovídá o jeho velkém významu pro ně.

Kromě toho z rozhovorů s Terezou a Zdeňkem vyplývá, že absence takzvané vděčnosti ze strany klientů by se mohla stát překážkou postačující pro ukončení spolupráce ze strany dobrovolníka.

Lucie

Předchozí práci brala jako něco, co *ty lidi spíš otravuje, než že by jim to dělalo radost*. Dopad na společnost je důležitým kritériem, dle kterého hodnotí svůj pracovní výkon.

„Člověk jde po městě a někde mě zastaví a řekne je vy jste ...z ateliéru [komunitního centra] a je skvělé to, co děláte. Vůbec ty odezvy, fascinuje mě to, vlastně to zhmotnění té myšlenky.“

Výrazná pozitivní proměna jedné z prvních klientek zanechala velký dojem a ovlivnila proč u toho zůstala:

„Jako fakt nezapomenu na první pocit, kdy jsem viděla paní... jako ty prázdné oči, pohled do nikam. A já jsem začala zpívat.“

Odezva seniorky, pro kterou zpívala, byla tím impulzem pro pokračování v dobrovolnictví.

„A ona se během toho začala postupně vracet do toho těla... V tu chvíli jsem si uvědomila, že to opravdu chci dělat, že to má smysl.“

Zuzana

Zpětná vazba může mít různou podobu. Zuzana se zmiňuje o ochotě seniora spolupracovat s dobrovolníkem. Tím myslí jeho snahu směřovat ke stejnému cíli.

„No to je to parádní, to nejlepší vidět toho namotivovaného klienta, který tam přijde a něco chce.“

Na druhou stranu se cíl odvozuje od potřeb samotného seniora, kterému se Zuzana přizpůsobuje. Začínajícím dobrovolníkům nabízená četba knih seniorům nemusí být univerzálně aplikovatelná pro každého klienta.

„Takže já jim teď už ani nečtu. Když o to mi nepoprosí takže je to nezajímá, nebo můžu navrhnout.“

Vzhledem k vlastní zkušenosti přestala Zuzana číst, aniž by ji o to poprosili, protože seniorům šlo o přítomnost mladé dobrovolnice která „s nimi strávila půl hodiny“

Tereza

Díky chápavosti a vzájemnému respektu se dalo předcházet pocitům viny a napětí v případě změny plánů ze strany dobrovolnice.

„Ona byla vždycky vděčná, když jsem přišla a byla hodně chápavá a tolerantní, když jsem nemohla, když jsem byla nemocná. Byla moc hodná, a těšila se, když přijdu znovu.“

Tím byla Tereze poskytnuta svobody volby, a tím byla eliminována potenciální škoda způsobená pocitem povinnosti, který nemusí být vždy příjemný.

Kvalitu vztahu se svojí seniorkou Tereza považuje za klíčový bod celého dobrovolnictví.

„Když jsem si představila, že by ta seniorka byla úplně opak, že by nebyla milá. Nebo že bychom se nesedly, by to bylo komplikované.“

Předpokládá, že absence přátelské atmosféry by zkomplikovala společné trávení času a ohrozila by setrvaní v této činnosti.

Zdeněk

Podobné domněnky vyzněly i v rozhovoru se Zdeňkem, který pochybuje o pokračování v dobrovolnictví v případě nenalezení společné řeči s klientem.

„Musím říct, že jsme se od začátku sedli. Možná kdybych potkal jiného seniora, který by měl odradil. Nevím, jak by moje cesta k dobrovolnictví pokračovala.“

Sofia

Pozitivní emoce, které dobrovolník dává svému klientovi, mohou vyvolávat chuť potěšit mladého člověka na oplátku za jeho účast v životě seniora.

„A s tou babičkou Zuzanou, tak ta hodně pohostinná. Takže minulé jsem se zmínila, že mám hrozně ráda tu její kvasnicovou pomazánku. A ona mi ji potom udělala. Přitom se připravuje nějak hodně složitě.“

Nejcennější co člověk má je jeho čas. A proto je investování vlastního času jen proto, aby člověk někomu udělal radost, tím víc hodno úcty.

Seberozvoj

V této podkapitole respondenti zmínili hodnoty, rozvoj kterých spojují s dobrovolnictvím. Rozmanitost osobních zkušeností v této oblasti neumožňuje vydělit body shody u respondentů.

Martina

Díky zapojení do dobrovolnictví Martina rozvíjí osobní hodnoty a získává nové dovednosti.

„Tak pořád mi dává velký smysl tohle dobrovolnictví dělat, protože mě hodně obohacuje, mě to rozšiřuje pohled.“

Důležitost dobrovolné práce pro Martinu spočívá ve svobodě volby a absenci materiálního pozadí.

„Dělám nějakou práci, která mě přijde důležitá, ta, která je hodnotná a která není vázána na peníze...“

Lucie

Lucii dobrovolnictví pomohlo pochopit sama sebe a určit své potřeby. Klade ale důraz na to, že je se svojí volbou spokojena bez ohledu na to, jaký postoj by k tomu zaujalo její okolí.

„Teď jsem šťastná za věci, které dělám.... Tady se mi to otočilo to vnímání z toho vnějšího na to vnitřní.“

Postoj svého okolí vůči jí vybrané činnosti nezmiňuje, a tím jen potvrzuje svůj záměr soustředit se jen na své pocity.

„Ale pro mě bylo nejdůležitější to, že už nelpím na reakcích toho okolí jak jsem zmínila, že právě nedělám něco, aby na to ostatní nějak reagovali...“

Nově získané schopnosti mohou být pro dobrovolnici nápomocné v různých životních situacích. Včasné a důvěrné naslouchání vlastním potřebám může snížit četnost zklamání vyvolaných nedobrovolnými nucenými rozhodnutími.

Robert

Robert jako nejzkušenější dobrovolník posuzuje u něj proběhlé změny následovně:

„A úplně mě to vnitřně změnilo, co se týče vcítění s těmi staršími lidmi, s těmi důchodci.“

Porozumění skupině starších lidí a jejich potřebám je bezpodmínečně užitečný přínos. Dobrovolník sám vzpomíná, že předtím: „Neměl jsem rád moc starý lidi všeobecně. Kromě teda svojí babičky a dědy.“ Odpor předpokládá nezáměr o problémy objektu své antipatie. Ale zároveň chybějící znalosti o této skupině mohly následně bránit snížení míry nepřízně.

6 let je významná doba, během které si Robert určitě mohl zaznamenat i další metamorfózy. Daná stručnost ve výrazech může být zapříčiněna delší dobou jeho dobrovolničení. Nepochybuji, že pravidelná práce Robertovi přináší celou škálu emocí i dodnes. Avšak ty pestré zážitky z tehdy nové činnosti mohly během 6 let poblednout. Ustavený pořádek vztahů se stálými klienty je již pro Roberta neoddelitelnou součástí jeho života, tj. něčím na co si zvykl.

Sofia

Získané zkušenosti každého člověka jsou unikátní. Přesto můžeme vyzorovat určité shody v obdržení radách od lidí vyššího věku. Ne každý mladý člověk má možnost příjemné milé besedy se starším příbuzným. Dobrovolnictví může naplnit tuto potřebu dobrovolníka.

„Taková starší dáma, která mě jako vede a předá takový ty ženský zkušenosti nebo pohled na život nebo něco takového, asi to tam možno bylo podvědomě. A to bylo vlastně to co se v tom dobrovolnictví našla.“

Sofia si váží zkušeností, o které se starší žena může podělit. Komplikované a neznámé události mohou být starším člověkem již zažity. Vyvozené závěry senior může postoupit dál, a tím zabránit potenciálním chybám zelenáče.

Doteď jsem se u dotázaných mladých respondentů nepotkala s potřebou samotné komunikace se starší osobou. Samé Sofii se tuto potřebu podařilo specifikovat až po zapojení do dobrovolnictví.

Pocit prospěšnosti

Mezi čtyřmi dobrovolníky motivovanými humanistickými hodnotami, si dva z nich díky dobrovolnictví uvědomují vlastní sociální prospěšnost. Cítit se prospěšným pro společnost může být jak původní potřebou, tak i důsledkem činnosti. Obvykle člověk přeje prospěch někomu, koho má rád, a komu chce pomoci. Viditelným důsledkem dobrovolnictví může být zvýšení kvality života lidí tvořících okolí dobrovolníka. Uvědomění si významu osobního vkladu do progresivních sociálních změn poskytuje celou škálu pozitivních emocí.

Tereza

Dělat něco bez odměny pro zpestření dne další osoby je spíše motivací než důsledkem. Tereza v samé motivaci vidí přínos:

„Měla jsem z toho dobrý pocit, že dělám něco pro ostatní a že ji vylepším ten den, že tam přijdu, že se na mě těší.“

Příčinu pozitivního vnímání blahobytu jiných vidím v původním humanistickém nasazení dobrovolnice, které je vyzorováno v kapitole Motivace dobrovolníků.

Zdeněk

Již při popisu etapy zapojení do dobrovolnictví Zdeněk uvedl, že ho na této činnosti lákala možnost „někomu pomáhat“, která by preventivně působila na jeho potenciální sobecké zaměření.

„Tak jsem říkal hlavní přínos je dobrý pocit, že dělám něco společensky prospěšného.“

Záměr dobrovolníka se naplnil a spolu s tím si dobrovolník začal užívat vyplývajících pocitů osobní užitečnosti.

Trávení volného času

Na dobrovolnictví se z několika důvodů můžeme dívat jako na volnočasovou aktivitu. Svoboda výběru samotné činnosti a její četnosti, flexibilní odpracované hodiny a absence zkušební a výpovědní lhůty dělají dobrovolnictví přijatelnějším povoláním pro uchazeče.

Na druhou stranu musím konstatovat důležitost a velké objemy této práce, které by stačily na pokrytí plného pracovního úvazku. Z tohoto hlediska se na dobrovolnictví nahlíží jako na činnost ve volném čase, nikoli jako na relaxační odpočinek. Někdo s tím může nesouhlasit a uvést argument o změně tempa jako typu oddechu. Takový názor samozřejmě respektuji.

Dilematem je však absence finančních odměn nezbytných pro existenci dobrovolníka a jedince obecně. Z tohoto pohledu musí být dobrovolnictví často doprovázeno ekonomickou aktivitou méně šťastné většiny obyvatelstva, která musí živit sama sebe.

Bez ohledu na to, že daný přínos byl zaznamenán jen u 1 ze 7 dobrovolníků, mu je stejně věnována celá podkapitola. Zprvė odkazuje na důležitou vlastnost jevu dobrovolnictví – jeho volnočasové určení. Zadruhé analýza byla provedena s náležitou pozorností a respektem k informacím poskytnutým každým respondentem.

Zdeněk

Získaný prostor pro zamyšlení nad svým životem Zdeněk považuje za přínos plynoucí z dobrovolné práce. Na jednu stranu pravidelné návštěvy klienta vyžadují čas, který si zaneprázdněný Zdeněk mohl najít jen omezením dalších aktivit jim nazývaných „koloběhem“. Dodatečný čas věnovaný seniorovi má pro Zdeňka význam osobní relaxace. Předpokládám, že v tomto případě zapojení do dobrovolnictví vedlo kupodivu ke vzniku volného času, který, dle toho co Zdeněk říká, Zdeňkovi chyběl.

„Další věc, že se u toho trošičku odreaguji. Vypnu se z toho koloběhu, který mám. Občas si popřemýšlím o tom životě.“

Na druhou stranu besedy se starším pánem, které tvoří základ Zdeňkovi činnosti, také mohou podněcovat mladého člověka k rozjímání. Často Zdeněk jen

naslouchá a říká, že „většinou nám s nim vystačí jeho historky“. Dle lidového pořekadla: „Mluvíti stříbro, mlčeti zlato“, - si Zdeněk, doufám, ze společného trávení času odnáší cenné myšlenky.

Komplikace

U všeho musíme počítat jak s klady, tak i se zápory, ty jsem nechala na konec empirické části. Pro zachování příjemné atmosféry a nálady respondentů po celou dobu rozhovoru nebylo vhodné začínat povídání jimi vyzorovanými zápory dobrovolnické činnosti. Proto byly případné komplikace umístěny do závěrečné části rozhovorů. To samé se vztahuje i na stav mysli čtenáře této práce.

Každý z respondentů určil aspoň jednu oblast, která mu během dobrovolnictví způsobuje potíže. Komplikace byly roztrženy do 5 skupin. Shodný počet vyzorovaných skupin u přínosů je náhodou. O přínosech dobrovolníci vypovídali s větší ochotou než o komplikacích, a to sami, aniž bych se je na to vyloženě ptala. Komplikace byly mnou vyzorovány jako okrajově zmíněné. Na moji prosbu říct k tomu tématu víc – přemýšleli delší dobu, než rozhovořili. Důvodů může být vícero. Krátká známost s tazatelkou mohla být důvodem nedostatku důvěry pro svěřeni problémů spojených s dobrovolnictvím. Dalším důvodem je možná neochota respondentů působit, že si stěžují na situace vzniklé se svými klienty. A nakonec výrazná převaha pozitivních momentů může odvádět pozornost dobrovolníka od pro něj nevýznamných nedostatků.

Tabulka č. 7: Komplikace spojené s vykonávaným dobrovolnictvím

	Závislost	Nepřijetí změn seniory	Zdravotní stav klientů	Chybějící zaškolení	Byrokracie
Sofia	✓				
Tereza	✓		✓	✓	
Zuzana	✓		✓	✓	
Martina		✓	✓		
Lucie			✓		✓
Robert		✓			
Zdeněk		✓	✓		

Závislost

Z kontextu provedených rozhovorů většinou vyplývá závislost klientů na dobrovolnicích a konkrétním personálu střediska. Dle výroků dobrovolnic u nich závislost klienta vyvolává silné negativní emoce. Dle mého názoru je utrpení dobrovolníka odůvodněno různými příčinami. Zaprvé se dobrovolníkovi může zdát, že jeho nepřítomnost způsobuje osamělost a neuspokojení potřeb klienta. Za druhé vzniklá závislost jím může být považována jako něco, co způsobil sám. A tím pádem za to může cítit odpovědnost.

Avšak například dle Terezy hluboký osobní vztah se seniorem vyvolává příchynost mladého člověka, která v případě smrti klienta povede k utrpení dobrovolníka. Já bych to však nazvala jinak než závislostí.

Sofia

Ze studijních důvodů Sofia musela na několik měsíců odjet do zahraničí, a tím pádem pozastavit setkání se starší paní, za kterou chodila. Absence kontaktu s dobrovolnicí, jako jedinou osobou, se kterou komunikovala, byla pro klientku náročná. Po návratu z ciziny Sofia obnovila návštěvy se seniorkou, které pro dobrovolnici byly ze začátku vyčerpávající. Touha podělit se o své zážitky za celou dobu nepřítomnosti dobrovolnice vedla k tomu, že Tereza pocítila skleslost a úpadek sil.

„Ona když [po návratu dobrovolnice z ciziny] jako na mne nabalila všechny svoje věci, jako se jí stýskalo...Tak jsem se vlastně z toho cítila jako hrozně špatně.... taková závislost klienta na tom dobrovolníkovi vůbec neměla vzniknout.“

Hlavní důvod vidím v neuspokojené potřebě starší paní se průběžně podělit o své zážitky a emoce s někým jiným než s dobrovolnicí.

Tereza

Tereza odděluje důsledky závislosti pro sebe a pro seniorku, kterou navštěvuje. Potenciální smrt klientky by mohla být pro dobrovolnici tím víc bolestivá, čím hlubší vztah by s ní vytvořila. Tím pádem by na tuto událost nahlížela jako na ztrátu blízkého člověka, se kterou se těžko vypořádáme.

„Abych s ní netvořila hodně těsný vztah, protože tam [v domově] ty lidi umírají často....domlouvát se na setkání jen osobně [ne telefonicky]. Aby tam nevznikla závislost.“

Udržování vztahu na formální úrovni „Dobrovolník – Klient“ je dle Terezy podmíněno absencí dalších způsobů komunikace mimo domov. Telefonické spojení by umožňovalo vyšší četnost kontaktů, potenciálně vedoucí k prohloubení vztahu. Potíže vyplývající ze závislosti pro samotného klienta nejsou Terezou specifikovány, ale je přesvědčena o destruktivním efektu pro obě strany daného jevu.

Zuzana

To, co popisuje Zuzana, lze chápat jako její obavu, která je opřena o vlastní vypořádání z prostředí domova.

„Na druhou stranu se snažím a od ní udržovat odstup... protože on si zvykne jenom na něj a na ty pracovnice a pak vyžaduje jenom ten personál. Nebo jenom toho dobrovolníka. A pak právě oba dva trpí.“

Zuzana hovoří o nebezpečí pro obě strany. Navyknutí klienta na konkrétní zdravotní a sociální personál je očekávaná věc. U zaměstnanců zařízení se neočekává velká fluktuace, jelikož se jedná o chráněný pracovněprávní vztah, který je také zaručen pracovní smlouvou. Propuštění vyžaduje závažný důvod, a proto není jednoduché ze strany zaměstnavatele náhle ukončit pracovní poměr. Dobrovolný odchod zaměstnance je akce náročná na síly a čas spojená s nutností hledat nové pracovní místo a adoptovat se tam. Těmito bariérami se eliminuje četnost odchodů. Na základě toho lze tvrdit, že stálost personálu je normální očekávaná věc. Vzhledem k častým kontaktům, včetně tělesných, například v rámci poskytovaných procedur, nevyhnutelně vzniká přichylnost opřená o vděčnost.

To co popisuje Zuzana, kdy senior „vyžaduje jenom ten personál“, je zaprvé stav, kdy senior není schopen v plné výši spokojit se s jiným než „svým“ personálem. A zadruhé to je stav, kdy ten vyžadovaný personál může trpět v důsledku

neschopnosti uspokojit potřebu seniora, aniž by musel jednat v rozporu s vlastními potřebami.

Nepřijetí změn ze strany seniorů

Vývoj osobnosti probíhá převážně za mládí a je z velké části podmíněn vnějšími faktory, které ovlivňují celé generace, zvláště mladé lidi, kteří jsou labilní ve svých postojích, neopřeny o vlastní zkušenosti. Politický a sociální režim, kultura a jednotlivé významné osobnosti určují hodnoty panující ve společnosti. Starší generace získala základ svých přesvědčení v době, která se v mnohém liší od doby současné. Z pohledu seniora správné věci, zaprvé nemusí být pochopeny mladým člověkem a za druhé nemusí platit v dnešních podmínkách. To je důvod nepochopení mladých lidí staršími lidmi a naopak.

Je pravděpodobné, že blížící se důchodový věk člověka také demotivuje investovat hodně energie do své kariéry, protože doba, kdy bude sklízet výsledky, se mu může zdát poměrně krátká. Od chápavého zaměstnavatele by se v tomto případě měla očekávat schovívavost a úleva, která některými může být pochopena jako diskriminace. Člověk po odchodu ze zaměstnání v podstatě vůbec ztrácí vnější potřebu učit se novým věcem, nutným pro výkon jeho práce. Avšak v rychle se měnícím světě je potřeba být tam, kde „to vře“, aby člověk stíhal zachycovat moderní trendy. Absence možnosti a potřeby se učit vedou k dezorientaci seniorů v současném světě.

Zdeněk

Postoj klienta k novým věcem Zdeněk hodnotí následovně:

„Už jsou takové méně přizpůsobivé, hodně konzervativní, nechtějí se nějak zaměřovat na nové věci, chtějí dodržovat ten svůj ustálený způsob života.... už rádi jedou podle starých kolejí.“

Loajálnost k dřívějším přesvědčením je pochopitelná. Mladý člověk má také své postoje, které jsou v souladu s dnešním světem, jelikož se formují teď v současnosti. Shoda vlastních názorů s názory dnes panujícími ve většinové společnosti u mladého člověka může vyvolat pocit, že jsou správné. Předpokládá se, že dnešní senior za svého mladí také „rozuměl“ tomu světu a byl sám pochopen. Věrností tehdejšímu já a tehdejšímu světu by se dal vysvětlit jeden z důvodů nepřijetí současných změn seniorem.

Komplikace způsobené střetem názorů různých generací Zdeněk popisuje na příkladu svého klienta:

„Tam musím hodně vážit, co říkám. Protože nemá rád poslouchat některé nové věci. Takže to je o nějakých věcech, co ho rozčiluje nebo znepokojuje. Takže neprobíráme politiku, nebo nějaké nové současné věci, které by mu neudělaly radost.“

Zdeněk vyděluje oblast politiky a obecně moderní věci, které potenciálně mohou zahrnovat celou spoustu témat. Nové digitální technologie, současné trendy v oblasti kultury a vzdělání – málo která oblast neprošla změnami, a tím pádem nemusí být pro seniora známá. Dobrovolník vyzoroval negativní reakci klienta na některé probírané věci vztahující se k současným změnám ve společnosti. Zdeněk projevil úctu k nevysloveným potřebám seniora zachovat klid a zvolil jiná témata vhodná pro obě strany.

Martina

Komunikační prostředky současnosti, jako chytrý telefon, sociální sítě a mnoho dalších, jsou mezi mladými lidmi běžnou záležitostí. Výhody užívání nových technologií jsou uznávány také napříč celou společností. Zvláště v době opatření nacílených proti šíření COVID-19, aktuálních v době psaní této diplomové práce. Avšak tento rozhovor byl proveden před začátkem pandemie a neobsahuje zmínky o výhodách elektronické komunikace vzhledem k samoizolaci. Tady se

jedná o proces domlouvání se na budoucích schůzkách a jejich obsahu. Předání informace hromadně všem a ne každému jednotlivě by značně zkrátilo čas a energii věnované dobrovolnicí na přípravu.

„Ještě že se nemůžeme domlouvat na Facebooku, protože nechtěli. Oni to ještě neumí používat. Ne všichni mají email, někdo má telefon a zároveň ne pořád na tom telefonu je. Třeba má jenom pevnou linku.“

Jde o technickou věc, která zprostředkovaně komplikuje výkon dobrovolnice, přestože nemá s vykonávaným dobrovolnictvím nic společného. Doufám, že komplikace s přípravou, jako činností podpůrnou k dobrovolnictví, Martinu neodradí od samotné činnosti.

Robert

Změny, které popisuje Robert, se bezprostředně týkají prostředí, ve kterém se pohybují klienti domova. Jimi ustálený pořádek osobních věcí má pro klienty domova, kam dochází Robert, velký význam.

„Třeba když člověk jde uklízet pokoj a někdo někomu na něco šáhne a nebo něco posune, tak jim to vadí. Takže člověk se musí buď ptát anebo všechno vrátit, jak to bylo. Oni si pak ty věci srovnávají fakt přesně jak to bylo.“

Negativní reakci seniorů na změny se dle Roberta dá vyhnout respektováním této zvláštnosti a minimalizací zásahů do soukromí klientů.

Kromě banální potřeby mít kolem sebe stabilní neměnicí se okolí mě napadly další dva důvody podobného chování seniorů.

Hledání ztracených věcí, například v důsledku zhoršující se paměti, zabírá hodně energie a kazí náladu. Zavedení a dodržování určitého pořádku tomu může zabránit.

Nakonec malý prostor, v nejlepším případě vlastní pokoj, je všechno, co senior může v domově pro seniory nazvat svým. Jako každý má potřebu mít vlastní majetek, se kterým bude nakládat jen on sám. Srovnáváním věcí senioři mohou bránit své soukromí před zásahy cizích lidí.

Zdravotní stav seniorů

U mladých lidí nelze očekávat, že budou mít zkušenosti se zdravotními problémy, kterými je obvykle doprovázeno dosažení vyššího věku. Věci, které neznáme, u nás vyvolávají nepohodlí, odmítnutí a strach. To je zapříčiněno nedostačujícími znalostmi o daném jevu a neznalostí správného zacházení s nemocným člověkem.

Komplikace spojené se zdravotním stavem seniorů by šlo rozdělit na 2 podskupiny. První z nich je odvozena od strachu smrti klienta. Daná komplikace byla zmíněna pouze těmi dobrovolnicemi, které docházejí do domova pro seniory, tj. Zuzanou a Terezou. Zdrojem dané obavy můžou být vyzorované případy smrti jiných seniorů pobývajících ve stejném domově, kam dochází dobrovolník.

Další komplikace je spojena se změnami v organismu, které komplikují komunikaci se seniorem. Patří sem fyzické a od nich odvozené psychické aspekty. Slabší sluch a zrak vyžadují stálou připravenost na to, že bude potřeba něco zopakovat nahlas nebo pomoci s manuální činností. Jelikož je ve zdravém těle zdravá mysl, můžeme tvrdit, že bolesti trápící seniora nepříznivě působí na jeho náladu, což vede k těžší komunikaci.

Zuzana

Strach ze smrti je jedním z nejčastějších strachů člověka všech dob, a to napříč zeměmi a generacemi. Nikdo zatím neposkytl důvěryhodné důkazy toho, co čeká člověka po smrti. Konec života straší člověka z velké míry jeho neznalostí

daného jevu. Nejen vlastní smrt, ale i bezprostřední přítomnost u dané události u člověka vyvolá strach.

„Třeba, že s nimi budu povídat a oni umřou, tak toho jsem se bála a nikdy se mi to nestalo. Úplně ne, jenom fakt to, že jsem se bála, že mě tam umřou...“

Na předchozí zkušenost s klientkou trpící Alzheimerovou chorobou Zuzana vzpomíná jako na náročné období. Než začala dobrovolničit měla předsudky, že daná nemoc snižuje schopnost seniora ovládat svoje chování.

„Ale jako fakt bála jsem se taky těch lidí, kteří měli Alzheimerera. Když něco vykřikují a ani neví, kde už jsou.“

Přidělená klientka potvrdila její obavy, a proto se ujistila, že si již nadále přeje pomáhat pouze seniorům, kteří touto nemocí netrpí.

„...ale taky to nevydrželo moc dlouho. No, tak to trvalo hodinku, hodinku a půl a pak zase [vykřikuje] Ona stejně nepatří do té služby a do toho domova pro seniory, takže možná jí pak odvezli do jiného zařízení.“

Dle názoru dobrovolnice lidí s Alzheimerem vyžadují zvýšenou péči oproti službám nabízeným v obyčejném domově pro seniory.

Martina

Krátký komentář Martiny dává informaci o tom, že fyzické neduhy, které jsou obvykle spojovány s vyšším věkem, jsou spíše normálním, než neobvyklým jevem.

„Kromě těch úplně banálních věcí, jako třeba ten špatný sluch...“

Úsporné podrobnosti možných komplikací mohou znamenat menší význam těchto okolností pro dobrovolnici.

Zdeněk

Vyšší věk je doprovázen stárnutím organismu. Výrok dobrovolníka nesvědčí o jeho překvapení v důsledku toho, že klient „hůř slyší nebo je ten i zrak už slabší“.

„Ano, takový zdravotní komplikace tam jsou, protože už to organismus je starší a je to nepopiratelný fakt, takže občas něco víc bolí, tak mu to určitě ovlivňuje náladu.“

Zdeněk si taky uvědomuje vliv, jaký mají změny v těle na emoční stav člověka.

Lucie

Komplikace spojené s komunikací nemusí být vždy projevem zhoršujícího se zdraví, ale i jinými okolnostmi. V důsledku rodinné situace se starší pán ocítil v domově pro seniory, kde byl obklopen ženami, se kterými moc nekomunikoval.

„...a furt tam byly ty samý ženský a on byl jediný chlap a byl takový zastrčený tam.“

Lucie se pokusila navázat s pánem kontakt, který se jí v tom prostředí zdál osamělý.

„A on se pak úplně zasekl a podíval se na mě a říkal já se vám slečno moc omlouvám, já neumím mluvit. Já neumím skládat věty. Protože je to sedm let, co mě umřel jediný člověk, kterého jsem v životě měl.“

Pro Lucii se neočekávanou překážkou stala neschopnost pána podpořit jejich besedu. Z toho vyplývají dva závěry. Zaprvé dovednost mluvit může člověku bez „údržby“ zmizet. Zadruhé závislost na ohraničeném okruhu blízkých osob, v daném případě dokonce na jednom příbuzném, dělá člověka velice zranitelným a vystavuje jej náročným problémům.

Tereza

Blízkost dějících se událostí vede ke vzniku domněnek o pravděpodobnosti nastání shodného scénáře u sebe sama.

„Jednou jsem tam šla a byla venku záchranka pohřební. Tak jsem se bál, jestli to nebyla ta moje. A párkrát jsem přišla a ona nebyla v pokoji. Že byla třeba v nemocnici když jsem tam přišla. Ona tam nebyla, já jsem se lekla.“

V případech kritických situací je potřeba počítat s tím, že jako první budou kontaktováni příbuzní. A proto Tereza připouštěla, že se se seniorkou něco mohlo stát, aniž by o tom dobrovolnice byla informována. Navíc zmíněná pohřební služba ještě jednou připomněla Lucii přirozený konec, který je součástí života každého.

Chybějící zaškolení

Zapojení do dřív nevyzkoušené činnosti vyžaduje informace a instrukce, jak dosáhnout požadovaného výsledku a vyhnout se možným problémům. Dobrovolnictví pro seniory je ve všech zde zkoumaných případech doprovázeno těsnou mezilidskou interakcí. Nejistota ve správnosti postupu na prvních etapách, možné neúspěšné navázání kontaktu s klientem, to vše může vyvolat odpor dobrovolníka. Práce dobrovolníka je specifická v tom, že jeho setrvačnost u dobrovolnictví není, alespoň na začátku, podpořena finanční odměnou, jako v případě placené práce. Tím více je důležité podporovat spokojenost dobrovolníka a poskytovat mu k tomu všechny možné instrumenty, než tam z jeho strany vznikne loajalita. Na druhou stranu není jasné, jaká je pravděpodobnost toho, že dobrovolník dočasně ukončí svoji činnost kvůli komplikacím na začátku, jelikož všichni dotázaní respondenti vykazují rysy dlouhodobého dobrovolnictví.

V rozhovorech s dobrovolníky byla tato komplikace zmíněna pouze okrajově dvěma dobrovolnicemi. Další shoda těchto dvou respondentek panuje v jimi

zmíněných motivacích a přínosech, které pro sebe samy určily. Obě nebyly poháněny pocitem zvědavosti a nezmínily seberozvoj jako přínos vyplývající z daného dobrovolnictví. Nedostatečná jasnost procesu na začátku pro obě byla spíše překážkou než příležitostí pro seznámení s procesem vlastními silami.

Tereza

Úvodní informace, jak je charakterizuje Tereza, se dobrovolníci nezdály dostačujícími.

„Ale moc tam žádný nebyl ten trénink, nějaké to vstupné školení. Ano tak to bylo, že jsem netušila, do čeho jdu. Já jsem se bála.“

Na začátky vzpomíná jako období nepohodlí, které se však podařilo samostatně překonat.

„Ten začátek byl trapný, ale pak už to bylo dobré, pak se jsme se rozmluvili. Takže ta první dvě setkání jsem bojovala, ale pak se to rozjelo.“

Zuzana

S Terezou shodnou reakci na chybějící trénink měla Zuzana.

„A taky je to tím, že vlastně není tam to zaškolení dobrovolníků. Neřeknou dobrovolníkům, jak a co říct, protože na to není čas. Anebo hodně rychlé zaškolování.“

Besedy a navázání vztahu se starším člověkem může být pro mladého dobrovolníka novou neznámou záležitostí. V dnešním světě je více než dostatek literatury na téma potřeb lidí ve stáří. Avšak samostudium vyžaduje o hodně více času, než okolnostem přizpůsobený trénink provedený zkušenými specialisty.

Byrokracie

Lucie

Komplikace spojené s byrokracií Lucie uvádí v kontextu založení vlastního komunitního centra, tj. na začátku jeho fungování.

„Protože to papírování byl jako fakt šílený. A asi třikrát mě přišlo z krajských úřadů, že musím něco předělat. Já jsem byla z toho zoufalá a nakonec to vyšlo.“

Říká, že po dlouhých snahách „nakonec to vyšlo“. Přesto si osobně myslím, že vedení vlastního podniku je doprovázeno nepřetržitými návštěvami úřadů a papírováním. Předpokládám, že po rozjezdu podnikatelské činnosti budou tyto administrativní komplikace vyvolávat méně intenzivní emoce.

Lucie se, jak jsem předtím zmiňovala, pustila do založení vlastního komunitního centra. Na rozdíl od komplikací, kterým čelí všichni dobrovolníci, má navíc ještě velkou osobní odpovědnost za svůj neziskový podnik. V návaznosti na předchozí citát mě v paměti vyvstává její výrok ohledně toho, co ji u dobrovolnictví udržuje:

„Že je moc důležitý, když si člověk rozhodne něco dělat, nějaký svůj projekt, byznys, nebo prostě cokoliv. Tak já si myslím, že právě ten příběh který zatím je, když je tak skutečný, když to člověk prožil a dokáže si ten nahodit ten pocit proč ten projekt vznikl. Což u mě byla ta babička. Tak to je vždycky, tak ta síla, co tě znovu vstane. A víš, že to prostě nevzdáš, že proto ses do toho pustila.“

Závěr

V této práci jsem se zabývala zkoumáním dobrovolnictví mladých lidí pro seniory z pohledů samých dobrovolníků. Struktura hloubkových rozhovorů v empirické části byla odvozena od teoretických základů. Vycházela jsem z definic, charakteristik a druhů dobrovolnictví obecně. Pro seznámení se současnou situací byl popsán vývoj dobrovolnictví v ČR a mezinárodní srovnání zastoupených oblastí.

Téma této diplomové práce je relevantní jak pro studijní obor Studia občanského sektoru tak i pro současnou společnost obecně. Pro vysvětlení položím otázku: „Proč se zaměřovat na zkoumání dobrovolnictví mladých lidí pro seniory?“ Zprvé, dobrovolnictví je projevem občanské participace, která vede k posílení demokratických hodnot ve společnosti. Díky zapojení do dobrovolnictví občané se podílí na spolurozhodování o děních ve společnosti. Vlastní iniciativou mohou přispívat ke zvýšení kvality života a sociální soudržnosti.

Zadruhé, aktuálnost zaměření na skupinu seniorů je odvozena od nevyhnutelného stárnutí obyvatelstva v předurčeném horizontu dalších 50 let. Poprvé v dějinách lidstva budeme čelit natolik velké převaze starších lidí nad mladými. Z toho plyne nejen finanční ale i fyzická nemožnost plně uspokojit potřeby starších lidí v budoucnu. Kromě toho, je potřeba si počítat s početnou starší skupinou obyvatelstva. Tady jsem si položila další otázky: 1. „Jak zmírnit sociální napětí které očekáváme jak na stráně mladých tak i starších?“ a 2. „Jak začlenit starší obyvatelstvo zpátky do společnosti?“

Odpověď na první otázku vysvětlím odůvodněním proč se zaměřovat na mladé dobrovolníky. Zprvé, očekává se, že dnešní mladí dobrovolníci za 15-20 let dosáhnou vrcholu své kariéry a jejich daňové odvody budou větší než kdy předtím. A to kvůli potenciálně vyšším příjmům a vyšším odvodům do správy sociálního zabezpečení z důvodu vyšších státních výdajů na podporu početnějších seniorů. Získané za mládí pozitivní zkušenosti se seniory umožní daňovým poplatníkům vnímat tato opatření s větší mírou empatie a chápání.

Zadruhé, dosažením seniorského věku se sami ocitnou v situaci kdy budou tvořit významnou část obyvatelstva. Procentuální poměr mladých lidí k starším bude ještě menší než za jejich mládí. Jako důsledek vyšší poptávky - sociální služby budou vzácnější a mladí dobrovolníci již nemusí vystačit. I v tomto případě předpokládám chápavější postoj již z pozice klientů k budoucím mladým dobrovolníkům, protože to budou mít zažité z pozice poskytovatelů těchto služeb. V rámci jednoho z rozhovorů zaznělo uvědomení dobrovolníkem toho, že jednoho dne se stane seniorem a nechce se stát zátěží. Jedním z předpokladů je nezávislá existence, nevyžadující zvláštní úsilí ze strany rodiny.

Zabývám se již dnes otázkou začleňování staršího obyvatelstva do společnosti můžeme zlepšit situaci v budoucnu. Vytváření podmínek pro kvalitnější sociální a kulturní život pro ty, kdo již není zaměstnaný, je projevem občanské solidárnosti a nelhostejnosti, posilující demokratické hodnoty. Zakládání kulturních center, kaváren, zájmových klubů pomůže seniorům se cítit plnohodnotnými členy společnosti, jejichž zájmy jsou brány v úvahu.

Navíc, na snahu zlepšovat postavení seniorů se dá nahlížet jako na prozíravou přípravu prostředí, do kterého by se přirozeně měl časem dostat každý jedinec. Jedna z dotázaných dobrovolnic si dokázala vysoce ocenit prostředí domova, do kterého docházela za klientkou. Porovnání kvality ubytovacích zařízení umožní v budoucnu udělat správnou volbu.

Dále, správné zacházení se seniory umožňuje využít jejich potenciál. Jako hlavní přínos komunikace se seniory, zmíněny respondenty, byl předání zkušeností starších lidí mladšímu obyvatelstvu. Je hodně možností jak to provést: adoptované babičky, projekty na propojení školek a domovů pro seniory, organizované čtenářské hodiny v školkách a školách. A v neposlední řadě podpora vlastní iniciativy aktivních jedinců, projevujících zájem o docházení za seniorem.

V úvodu své diplomové práce jsem si položila výzkumné otázky, odpovědi na které jsem hledala během výzkumu. První výzkumná otázka zněla: „Jaké jsou důvody pro zapojení mládeže do dobrovolnictví pro seniory?“ Přiřazené k této

otázce zkoumané oblasti zahrnují motivace, přínosy a komplikace popsané samotnými dobrovolníky. Důvody opřené o přínosy a komplikace řeknou víc a umožní nastínit vývoj cesty dobrovolníka.

Motivace dobrovolníků jako jeden z klíčových bodů celé práce byly rozepsány v teoretické části. Následně v empirické části byla představena souvislost VFI motivací a motivací respondentů získaných prostřednictvím rozhovorů. Každé z vymezených skupin motivací odpovídala jedna z funkcí inventáře dobrovolníka. To potvrzuje zaprvé relevantnost vybrané kategorizace ve vztahu k mému výzkumu. A za druhé poukazuje na rozmanitost získaných dat, která vystačila abych uvedla aspoň 1 příklad ke každé z výchozích kategorií.

Motivace respondentů byly odvozeny od jejich vlastních potřeb určených individuálními okolnostmi. Přesto nalezená shoda motivací umožnila je seskupit. A následně porovnat příběhy dobrovolníků, kteří měli podobné výchozí pohledy anebo shodnou absenci konkrétních důvodů. Mezi nejčastější motivace patří studijní či kariérní pozadí, humanistické ideje a inspirativní okolí. Bylo zajímavé se zaměřit na možné průsečíky v příbězích dobrovolníků jejichž pohnutky se neshodují s většinou dotázaných. Vycházela jsem z předpokladu, že respondentovy postoje se ztotožňují s jimž vyslovenými výroky. Absence reakcí, i po mých vodítkách, na další varianty vývoje scénáře byly mnou interpretovány jako projev potvrzeného odmítnutí.

Rozhodnutí jít dobrovolničit je často doprovázeno vyprávěními blízkých lidí, co dokázali inspirovat zapojit se do dobrovolnické činnosti. Nejčastěji zmiňovanými přínosy byly: zkušenosti starších lidí, odezvy klientů a seberozvoj. Je vidět spojení mezi studijní motivací a zmiňovaném dobrovolníky užitku ze zkušeností starších lidí. Obě události vychází z touhy učit se nové věci.

Odezva klientů je přínos, který je spojen s nelhostejnou reakcí na to jak si okolí vnímá našich činů. Zájem o cizí mínění o vlastní osobě může být důsledkem již existující schopnosti inspirovat se dalšími lidmi, tj. jednat pod vlivem charizmatu další osoby. 3 z 5 respondentů volících inspirativní okolí zmínili, že odezva klientů jim dělá radost.

Pocit prospěšnosti, který by mohl vyplývat z druhé nejčastější motivace, tj. humanitarismu, byl zmíněn pouze 2 dobrovolníky. Buď ten přínos nezaznamenávají anebo nemají tendenci o tom mluvit, jelikož se to někomu může zdát jako chlubení. Pevně věřím, že lidi dlouhodobě vykonávající dobrovolnickou práci bez zjevné odměny to dělají kvůli osobní potřebě pomáhat aniž by za to pravidelně dostávali uznání ze strany společnosti.

Dobrovolníci s větší ochotou povídali o motivacích a přínosech, které vyplývají z jejich dobrovolnické činnosti. Většinu informací jsem dostala s minimálním zásahem a doplňujícími otázkami.

Jinak vypadala situace spojená se ptaním na případné komplikace. Respondentům trvalo více času dát odpovědi na otázky spojené s nepohodlím při výkonu dobrovolnictví. Navíc, ve většině případů byla potřeba se vrátit a opětovně se ptát, a to z důvodů úsporných odpovědí napoprvé. Buď to nemají stále na zřeteli nebo si nepovažují za vhodné o tom povídat.

Jako hlavní komplikace byly zmíněny: zdravotní stav klientů, závislost a nepřijetí změn ze strany seniorů. Ti dobrovolníci kteří na začátku dobrovolnictví měli vlastní obavy z života se zdravotním postižením nezmiňovali zhoršený zdravotní stav klientů jako komplikace pro výkon dobrovolnické práce. Soucítění se seniory vyvolalo uznalé pochopení fyzických zvláštností klientů.

Dva dobrovolníci kteří byli motivováni jinými věcmi, než přesvědčivým okolím, následně nezmiňují závislost jako nepříjemnou obtíž. Takže buď tomu problému nečelí nebo si ho nepovažují za břemeno. Moje interpretace je odvozena od předpokladu neexistence problému, jelikož druhá možnost by vyžadovala hlubší psychologickou analýzu těchto vztahů. Schopnost odolávat názorům druhých a nenechat se ovlivnit snižuje pravděpodobnost, že se jedinec dostane do područí jiné osoby, která za něj následně přebírá odpovědnost. Závislost nespojuju s úrovní blízkostí vztahu, nahlížím na něj vyloženě jako na destruktivní vývoj zasahující obě strany vztahu. Ne každý blízký vztah musí nutně vést k zatížení, ale naopak. Je zajímavé, že ti dva respondenti jinak nemají žádnou shodu ve vyslovených motivacích a komplikacích. Navíc se liší od ostatních dotázaných

formou a dobou vykonávaného dobrovolnictví. 6 let dobrovolnictví je významná doba, během které si Robert mohl najít vlastní ustálenou pozici která mu umožňuje u toho úspěšně setrvat aniž by byl zatížen škodlivým vztahem. Lucie v rámci své dobrovolnické činnosti navštěvuje různé domovy pro seniory, kde se s dalšími členy své muzikální kapely schází se skupinou seniorů. Přítomnost hodně lidí v jednom místě brání blízkému kontaktu dvou lidí, kdy může vzniknout těsnější vazba.

Ke změnám, které dle 3 dobrovolníků nepřijali senioři, patří následující věci: moderní technologie, současné dění ve společnosti obecně a fyzické umístění věcí kolem sebe. Podstata každé z těchto vlastností je spojena s věrností ustálenému rytmu života, charakteristickou pro starší část obyvatelstva. Všechny běžné aktivity vyžaduje po starším člověku mnohem víc úsilí, ovlivňuje to také psychologii. A změny vždy vyžadují zvýšenou aktivitu a dočasně nepříjemnosti. Druhým faktorem jsou získané zkušenosti. Starší lidé vícekrát zažili, kolik slibných teoretických změn v praxi se proměnily ve velké problémy s nežádoucími důsledky.

Teď se posouvám na výzkumnou otázku č. 2, která zní následovně „Jak se vytváří vztah mezi dobrovolníkem a seniorem?“. Ze samotné otázky vyplývá potřeba zaměřit se na etapu vzniku a pak vývoje tohoto vztahu. Postoj mladého dobrovolníka ke starším lidem ovlivňuje jeho ochotu přiblížit se této skupině obyvatelstva a budovat s nimi vztah. Pro hledání odpovědí na druhou výzkumnou otázku jsem se obrátila k předchozím zkušenostem mladého člověka s vlastními prarodiči. 5 ze 7 dotázaných měli dobré zkušenosti se staršími členy rodiny. Žádné zkušenosti měl pouze 1 dobrovolník. Jen 2 dobrovolníci přiznali pozitivní vliv dobrých zážitků z vlastní rodiny na jejich postoj k seniorům obecně. Dle tvrzení samotných dobrovolníků, dobrý vztah s vlastními prarodiči se nepotvrdil jako faktor motivující mladého člověka jít dobrovolničit. Buď se jedná o podvědomý postoj, který si dobrovolník neuvědomuje nebo si s tím nesouhlasí. Anebo láska ke svým starším příbuzným skutečně nemusí redukovat negativní vnímání seniorů ve společnosti. Tak jako s dětmi: ne každý zbožňující své dítě rodič musí mít rád cizí děti.

Existence přímého vlivu výchozích vztahů s prarodiči na zapojení do dobrovolnictví nebyla prokázána. Ale minimálně můžu tvrdit, že taky nebyl zaznamenán možný nepříznivý vliv na zapojení dobrých vztahů s prarodiči. Tím pádem, minimálně nebrání volbě mladé bytosti jít dobrovolničit pro další seniory. Paradoxně je, že dobrovolnická činnost vnoučat pro cizí seniory byla vlastními babičkami vnímána spíše negativně. U 3 z 5 majících dobré zkušenosti byla zaznamenána negativní reakce. Hlavními body nesouhlasu bylo nepochopení proč trávit čas s cizími když může mladý člověk víc trávit s vlastními. Nepovažování domova pro seniory za místo kam by si sami přáli odstěhovat rozhodně omezovalo ochotu dobrovolníků vyprávět o své činnosti, spojenou s daným zařízením.

Další předpoklad byl, že dobrovolníkovi chyběl kontakt se staršími členy rodiny. Dobré vztahy s vlastními prarodiči nemusí nutně znamenat že jsou pro mladého člověka dostačující. Velká vzdálenost mezi bydlištěmi jako důsledek odjezdu mladých lidí za studiem a prací neumožňuje se rodině často vidět. Ale i tak možné časté kontakty nemusí vždy podmiňovat vytvoření přátelských a důvěrných vztahů. V případě, že dobrovolník považuje svoje zkušenosti s vlastními prarodiči za dobré, taky to nemusí znamenat, že jsou jeho potřeby, co se týče emoční blízkosti, uspokojeny. Vzhledem ke zmíněnému, zkoumala jsem všechny dobrovolníky, neboť zkušenosti s prarodiči označené jako dobré nepovažují za jistotu blízkých a uspokojujících vztahů se starší generací. Dvě respondentky zmínily že se s vlastními prarodiči vidí málo, dokonce méně než s „adoptovanými“. Bylo to způsobeno tím, že není možnost ty rodinné schůzky uspořádat častěji.

Dobrovolnice s náročnými vztahy s vlastními babičkami si vyslovila zájem o seznámení se starší damou, se kterou se bude moci poradit. Na možnost takového komunikačního formátu najednou přišla sama. A to v okamžik dosud ji neznámé dospělé konverzaci s vlastní babičkou. Objevení nového zážitku motivovalo Sofii hledat někoho s kým bych mohla u toho pokračovat. Udělalo to na dobrovolnici velký dojem, zvlášť když předchozí pozadí ze zkušeností bylo přímým protikladem.

Zdeněk se odkazuje na vlastní dětství jako období které bylo chybějícími prarodiči zasaženo ve výrazně větším rozsahu v porovnání s další životní etapou. Věci, které mu chyběly poznal z povídání vrstevníků, kteří měli možnost jezdit na prázdniny k prarodičům a trávit spolu čas například na chalupě. Dobrovolník neměl možnost vytvořit žádný vztah s prarodiči a tak jeho představy o starších lidech se v plné míře zakládají na sdílených mu pozitivních zkušenostech kamarádů. Nepřímá dobrá zkušenost přispěla k jeho zájmu o mezigenerační vztahy. Osobní uvědomění potřeby mít prarodiče ho k tomu motivovala a vyústila se v přijetí nabídky od kamaráda jít dobrovolničit do domova pro seniory. Vývoj tohoto vztahu byl ovlivněn jen osobnostmi seniora a dobrovolníka, jelikož nebyly žádné předsudky a očekávání ze strany mladého člověka. Které by mohly zasáhnout do vytvářejícího se vztahu.

Během výzkumu nebyla prokázána jednoznačná souvislost mezi volbou jít dobrovolničit a vztahy s vlastními prarodiči. Zapojení do výzkumu většího počtu respondentů by přispělo k získání většího množství dat a sestavení víc vypovídajících výsledků ve prospěch existence či neexistence té souvislosti. V návaznosti na danou práci by mohlo být užitečné provést kvantitativní výzkum se zapojením respondentů, odpovídajících shodným stanoveným kritériím. Kombinace kvalitativního a kvantitativního výzkumů by vedlo k pokrytí zkoumané oblasti z více stran. Ale měl by si autor počítat s větší časovou náročností při volbě daného přístupu.

Během shánění respondentů jsem narazila na omezenou nabídku programů pro mladé dobrovolníky. Z toho důvodu mě napadlo, že by také bylo zajímavé provést výzkum mezi seniory, zabývajícími se dobrovolnictvím pro děti a mládež. V kontextu vybrané zkoumané skupiny by bylo možné zaměřit se na vliv vztahů s vlastními vnuky a vnučkami na volbu jít dobrovolničit. Velká nabídka dobrovolnických programů je určena pro dobrovolníky ve vyšším věku. A proto očekávám že sehnání respondentů by nebylo náročné.

Seznam použité literatury a zdrojů

Literatura:

Annual report 2018. 2018. World Fair Trade Organisation. [cit. 2020-05-16]. [online] Dostupné na webových stránkách WFTO: <<https://wfto.com/sites/default/files/WFTO%20Annual%20Report%202018.pdf>>

Clary, Gil, Snyder Mark. 1999, 8 (5) „The Motivations to Volunteer: Theoretical and Practical Considerations. *Current Directions in Psychological Science*“. *Current Directions in Psychological Science*. 5 (8), s. 156-159. DOI: 10.1111/1467-8721.00037. ISSN 09637214.

Česko v číslech. 2018. Český statistický úřad. [cit. 2020-08-20]. [online] Dostupné na webových stránkách ČSÚ: <<https://www.czso.cz/documents/10180/92010922/32020319.pdf/8dacd365-2e90-4872-af42-6e148473f438?version=1.7>>

Frič, Pavol, Pospíšilová Tereza et al. 2010. *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století*. Praha : Agnes ve spolupráci s občanským sdružením HESTIA. ISBN 978-80-903696-8-9.

Haškovcová, Helena. 2012. *Sociální gerontologie*. Praha: Galén. ISBN 978-80-7492-058-5. [cit. 2020-03-28]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze BOOKPORT: <<https://www.bookport.cz/e-kniha/socialni-gerontologie-360150/>>

Hodnota dobrovolnické práce vzrostla. 2018. Český statistický úřad. [cit. 2020-06-05]. [online] Dostupné na webových stránkách ČSÚ: <<https://www.czso.cz/csu/czso/hodnota-dobrovolnicke-prace-vzrostla>>

Hruška, Lubor, Hrušková Andrea, Tošner Jan et al. 2018. *Analýza o stavu dobrovolnictví v zahraničí a ČR*. Ostrava: ACCENDO. [cit. 2020-04-25]. [online] Dostupné na webových stránkách MVČR: <<https://mvcr.cz/01-rozvoj-dobrovolnictvi-v-cr-analyza-pdf.aspx>>

Hruška, Lubor, Hrušková Andrea, Tošner Jan, Foldynová Ivana et al. 2018. *Návrh „Koncepte rozvoje dobrovolnictví v ČR 2019-2025“*. Ostrava: ACCENDO. [cit. 2020-08-25]. [online] Dostupné na webových stránkách MVČR: <www.mvcr.cz/.../04-rozvoj-dobrovolnictvi-v-cr-navrh-koncepce-pdf.aspx>

Ibrahim, Kasawani. 2018. „Student’s participation in volunteerism activities.” *The Journal of Social Sciences Research*. 4 (12), s. 390-394. ISSN 2413/6670. [cit. 2020-06-11]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze RePEc: <<https://ideas.repec.org/a/arp/tjssrr/2018p390-394.html>>

Ilson, John, Mantovan Noemi, Sauer Robert. 2020. „The economic benefits of volunteering and social class.” *Social Science Research*. 85. DOI 10.1016/j.ssresearch.2019.102368. ISSN 0049089X. [cit. 2020-11-12]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze ELSEVIER: <<https://www.sciencedirect.com.ezproxy.is.cuni.cz/science/article/pii/S0049089X18309967?via%3Dihub>>

Islam, Gazi. 2014. “Social Identity Theory.” *Encyclopedia of Critical Psychology*. 7 (12), s. 1781-1783. New York; Springer-verlag. ISBN 978-1-4614-5584-4. [cit. 2019-10-09]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze

ResearchGate:

<https://www.researchgate.net/publication/281208338_Social_Identity_Theory>

Jeřábek, Hynek, Trusinová Romana, Remr Jiří, Moravcová Lucie, Blahovec Václav, Pacáková Hana, Procházková Pavla, Srncová Michaela, Petrúšek Ivan, Roedlová Adéla. 2013. *Mezigenerační solidarita v péči o seniory*. Praha : Sociologické nakladatelství (SLON). ISBN 9788074191176.

Koschin, Felix. 2000. *Demografie poprvé*. Praha: Oeconomica. s. 15-24. ISBN 80-245-0859-1

Kramosilová, Lucie. 2019. *Jak mládež vnímá svou dobrovolnickou činnost v organizacích pro seniory*. Praha: FHS UK. ID práce: 181169. [cit. 2020-09-03]. [online] Dostupné také z Repozitáře závěrečných prací: <<https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/181169>>

Novotná, Eliška. 2008. *Sociologie organizace*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2428-7. [cit. 2019-12-12]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze BOOKPORT: <<https://www.bookport.cz/kniha/sociologie-organizace-2819/>>

Manual on the measurement of volunteer work. 2011. International Labour Organization. Geneva. ISBN 978-92-2-125071-5. [cit. 2020-04-25]. [online] Dostupné z: <https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/--publ/documents/publication/wcms_167639.pdf>

Marquet, Manon, Chasteen Alison, Plaks Jason, Balasubramaniam Laksmiina. 2019. „Understanding the mechanisms underlying the effects of negative age stereotypes and perceived age discrimination on older adults?“ *Aging and Mental Health*. 23(12), s. 1666-1667. DOI 10.1080/13607863.2018.1514487. ISSN 13607863. [cit. 2020-11-03]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Scopus®:

<<https://www-tandfonline.com.ezproxy.is.cuni.cz/doi/citedby/10.1080/13607863.2018.1514487?scroll=top&needAccess=true>>

Millward, Christine. 1999. „Caring for elderly parents.“ *Family Matters*. 52, s. 26-30. Melbourne: Australian Institute of Family Studies. ISSN 10302646. [cit. 2019-12-03]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Ebsco: <<http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=20&sid=4219c923-5858-4a45-a1e2-270a39c93f80%40sessionmgr4006>>

Mitani, Haruyo. 2014. „Influences of Resources and Subjective Dispositions ob Formal and Informal Volunteering.“ *International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*. 4 (25). New York: Springer. DOI: 10.1007/s11266-013-9384-3. [cit. 2020-05-23]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze JSTOR: <<https://www.jstor.org/stable/43655044>>

Mládež v ČR. 2012. MŠMT. [cit. 2019-12-26]. [online] Dostupné na webových stránkách MŠMT: <<http://www.msmt.cz/mladez/mladez-v-cr>>

Mlčák, Zdeněk, Záškodná Helena, Paulík Karel. 2014. „K problematice hodnotové orientace dobrovolníků.“ *Proceedings of the Conference on Social Processes & Personality*. s. 363-369. Brno: Institute of Psychology of the Academy of Sciences. ISBN 9789788086178. [cit. 2020-06-05]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Ebsco: <<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,shib&db=asn&AN=114543766&lang=cs&site=eds-live&scope=site>>

Musick, Marc, Wilson John. 2008. *Volunteers: A Social Profile*. Bloomington : Indiana University Press. ISBN 9780253349293. [cit. 2020-10-09]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Ebsco: <<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,shib&db=nlebk&AN=220615&lang=cs&site=eds-live&scope=site>>

Návrh zákona o sociálním podniku. 2019. Parlament České republiky. [cit. 2020-01-10]. [online] Dostupné na webových stránkách Hospodářské komory České republiky: <<https://komora.cz/files/uploads/ma-kornb8qpt8kt.docx>>

Palmore, Erdman Ballagh. 1999. *Ageism: Negative and Positive*. 2nd edition. New York: Springer Publishing Company. ISBN 9780826170026. [cit. 2019-12-26]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Ebsco: <<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,shib&db=nlebk&AN=256756&lang=cs&site=eds-live&scope=site>>

Pedersen, Anne Marie, Weissensteiner Alex, Poulsen Rolf. 2013. „Financial planning for young households,“ *Annals of operations research*. (205). DOI 10.1007/s10479-012-1205-3. ISSN 0254-5330. [cit. 2020-04-12]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Ebsco: <<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,shib&db=edswsc&AN=000317784200004&lang=cs&site=eds-live&scope=site>>

Penner, Louis. 2002. „Dispositional and Organizational Influences on Sustained Volunteerism: An Interactionist Perspective.” *Journal of Social Issues*. (3) DOI 10.1111/1540-4560.00270. [cit. 2020-02-11]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Ebsco: <<http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=3&sid=a125f0c8-6397-45b1-b9c3-074cbafc1307%40sessionmgr103>>

Příbyl, Hugo. 2015. *Lidské potřeby ve stáří*. Praha : Maxdorf. ISBN 9788073454371.

Putnam, Robert. 2000. „Bowling alone: America's Declining Social Capital.“ *Journal of Democracy*. 6(1) s. 65-78. Baltimore: Johns Hopkins University Press. DOI 10.1353/jod.1995.0002. ISBN 1086-3214. [cit. 2020-03-11]. [databáze

online] Dostupné také z internetové databáze ProjectMUSE: <
<https://muse.jhu.edu/article/16643>>

Randak, Jan, Zeller Lidia, Marzec Arkadiusz. 2017. „Needs of older adults and opportunities to satisfy them.“ *International Multidisciplinary Scientific Conference on Social Sciences*. s. 351-358. DOI 10.5593/sgemsocial2017/35. ISSN 23675659. [cit. 2020-03-27]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Ebsco:

<<http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=19&sid=142b5d30-e7a2-456c-b7e2-1f2decdb5eb1%40sdc-v-sessmgr03>>

Rocci, Andrea, de Saussure Louis. 2016. „Verbal Communication.“ *Handbooks of Communication Science*. Berlin: De Gruyter Mouton.

ISBN 978-31-102-5545-4. [cit. 2020-04-10]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Ebsco:

<<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,shib&db=nlebk&AN=1204344&lang=cs&site=eds-live&scope=site>>

Rozbor financování nestátních neziskových organizací z veřejných rozpočtů v roce 2016. 2018. Vláda ČR. [cit. 2020-06-16]. [online]

Dostupné na webových stránkách Vlády ČR:

<https://www.vlada.cz/assets/ppov/rnno/dokumenty/rozbor_2016_material_pro_web.pdf>

Řiháček, Tomáš, Čermák Ivo, Hytych Roman et al. 2013. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-6382-2.

Salamon, Lester, Anheier Helmut. 1996. *The international classification of nonprofit organizations: ICNPO-Revision 1*. Baltimore : Johns Hopkins University Press. ISBN 1-886333-23-8.

Satelitní účet neziskových institucí. 2017. Český statistický úřad. [cit. 2020-06-15]. [online] Dostupné z: <https://apl.czso.cz/nufile/dicn_es/SUNI%202005_2017.pdf>

Slaninová, Gabriela, Pidimová Petra. 2014. „Pesso Boyden System Psychomotor as a Method of Work with Battered Victims.“ *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. (112), s. 387-394. DOI: 10.1016/j.sbspro.2014.01.1179. ISSN 18770428. [cit. 2020-07-09]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze ELSEVIER: <<https://www-sciencedirect-com.ezproxy.is.cuni.cz/science/article/pii/S1877042814011963>>

Spence, Michael. 1973. „Job market signaling.“ *The Quarterly Journal of Economics*. (87), s. 355-374. Cambridge: Harvard University Press. DOI 10.2307/1882010. ISSN 00335533. [cit. 2019-08-09]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze JSTOR: <<https://www.jstor.org/stable/1882010?seq=1>>

Strategy and action plan for healthy ageing in Europe 2012–2020. 2012. Světová zdravotnická organizace. Malta. [cit. 2020-06-09]. [online] Dostupné na webových stránkách WHO: <https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/175544/RC62wd10Rev1-Eng.pdf>

Velký sociologický slovník. 1996. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-311-3. [cit. 2020-04-12]. [databáze online] Dostupné také z internetové databáze Sociologického ústavu AV ČR: <<https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/VSgS>>

Věcný záměr zákona o dobrovolnictví. 2015. MVČR. [cit. 2020-04-27]. [online] Dostupné na webových stránkách MVČR:

<<https://www.mvcr.cz/clanek/vecny-zamer-zakona-o-dobrovolnictvi-pripominky.aspx>>

Vidovičová, Lucie, 2008. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Mezinárodní politologický ústav Masarykovy univerzity. ISBN 978-80-210-4627-6.

Volunteering and benefits. London, 2020. National Council for Voluntary Organisations. [cit. 2020-04-19]. [online] Dostupné na webových stránkách NCVO: <<https://www.ncvo.org.uk/ncvo-volunteering/volunteering-and-benefits>>

Volunteering in the European Union. 2010. Brusel: GHK. [cit. 2020-03-28]. [online] Dostupné na webových stránkách Evropské Komise: <http://ec.europa.eu/citizenship/pdf/doc1018_en.pdf>

What does the UN mean by „youth“ and how does this definition differ from that given to children? 2019. OSN. [cit. 2019-12-26]. [online] Dostupné z: <<https://www.un.org/development/desa/youth/what-we-do/faq.html>>

Webové stránky:

Červený kříž. <<https://zvladnemeto.cervenykriz.eu>>

Domov pro seniory Chodov. <<http://www.seniordomov.cz>>

Elpida, o.p.s. <<https://www.elpida.cz>>

HESTIA - Centrum pro dobrovolnictví, z. ú. <<https://www.hest.cz>>

OSN <<https://www.osn.cz/mezinarodni-den-senioru/>>

ČSSZ <<https://www.cssz.cz/>>

WHO <<https://www.mestoseniorum.cz>>

Zákony:

Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě

Zákon č. 155/1995 Sb. o důchodovém pojištění, ve znění od 1.12.2019

Zákon č. 221/1924 Sb. o pojištění zaměstnanců pro případ nemoci, invalidity a stáří

Zákon č. 89/2012, § 30 Zletilost

Další zdroje:

Pospíšilová, Tereza. ZS 2018-2019. Prezentace z bloku 1 kurzu „Filantropie a dobrovolnictví“, Fakulta humanitních studií, Univerzita Karlova.

Rozhovory:

Rozhovor 1. Anonymní respondent 1. Vedla Alina Anisimova 29.10.2019

Rozhovor 2. Anonymní respondent 2. Vedla Alina Anisimova 12.11.2019

Rozhovor 3. Anonymní respondent 3. Vedla Alina Anisimova 2.12.2019

Rozhovor 4. Anonymní respondent 4. Vedla Alina Anisimova 10.3.2020

Rozhovor 5. Anonymní respondent 5. Vedla Alina Anisimova 31.3.2020

Rozhovor 6. Anonymní respondent 6. Vedla Alina Anisimova 8.4.2020

Rozhovor 7. Anonymní respondent 7. Vedla Alina Anisimova 12.4.2020