

UNIVERZITA KARLOVA

FAKULTA SOCIÁLNÍCH VĚD

Institut sociologických studií

Katedra sociologie

Bakalářská práce

2023

Emilie Dorčeva

UNIVERZITA KARLOVA

FAKULTA SOCIÁLNÍCH VĚD

Institut sociologických studií

Katedra sociologie

Změny volnočasových aktivit vyvolané pandemií Covid – 19

Bakalářská práce

Autor práce: Emilie Dorčeva

Studijní program: Sociologie a sociální politika

Vedoucí práce: Mgr. Jiří Remr, Ph.D.

Rok obhajoby: 2023

Prohlášení

1. Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracovala samostatně a použila jen uvedené prameny a literaturu.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne 03.05.2023

Emilie Dorčeva

Bibliografický záznam

DORČEVA, Emilie. Změny volnočasových aktivit vyvolané pandemií Covid – 19. Praha, 2023. 44 s. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova, Fakulta sociálních věd, Institut sociologických studií, Katedra sociologie. Vedoucí bakalářské práce Mgr. Jiří Remr, PhD.

Rozsah práce: 55 313 znaků (bez abstraktu, úvodu a příloh)

Abstrakt

Bakalářská práce s názvem Změny volnočasových aktivit vyvolané pandemií Covid – 19 se zabývá tématem dopadu pandemie na aktivizaci v domovech pro seniory. Práce si klade za cíl zjistit a popsat, jak pandemie ovlivnila volnočasové aktivity seniorů. Dílčí cíle se snaží určit, které aktivity podlely největším změnám a zdali byly potřeby seniorů naplněny. V neposlední řadě práce zkoumá, zda byly vymyšleny nové aktivity v rámci aktivizace. Teoretická část bakalářské práce začíná s představením již provedených výzkumů a dále obsahuje vysvětlení základních pojmů. Metodologická část slouží k představení kvalitativní metody sběru dat, což je polostrukturovaný rozhovor. Praktická část se věnuje vlastnímu výzkumu a snaží se najít odpovědi na předem stanovené otázky a v závěru práce je prezentována diskuse.

Klíčová slova

volnočasové aktivity, senioři, domov pro seniory, poskytovatelé služeb, pandemie Covid – 19

Název práce:

Změny volnočasových aktivit vyvolané pandemií Covid – 19

Abstract

The bachelor thesis titled "Changes in leisure activities caused by the pandemic Covid - 19" deals with the topic of the impact of the pandemic on activation in homes for the elderly. The thesis aims to identify and describe how the pandemic has affected the leisure activities of the elderly. The sub-objectives seek to determine which activities have succumbed to the changes and whether the needs of seniors have been met. Finally, the thesis examines whether new activities have been invented as part of the activation. The theoretical part of the bachelor thesis starts with an introduction of the research already conducted and then includes an explanation of basic concepts. The methodological part serves to introduce the qualitative method of data collection, which is a semi-structured interview. The practical part is devoted to the actual research and tries to find answers to the predetermined questions and at the end of the thesis a discussion is presented.

Keywords

leisure activities, seniors, retirement home, service providers, pandemic Covid - 19

Title

Changes in leisure activities caused by the pandemic Covid - 19

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala Mgr. Jiřímu Remrovi, Ph.D., za věnovaný čas a cenné rady při odborném vedení této bakalářské práce. Zároveň bych ráda poděkovala rodině a obzvlášť mé sestře, kterou psaní bakalářky čeká příští rok.

Obsah

1. TEORETICKÉ VYMEZENÍ TÉMATU.....	3
1.1. DOSAVADNÍ STAV POZNÁNÍ.....	3
1.2. POTŘEBY SENIORŮ.....	5
1.3. VOLNÝ ČAS.....	6
1.4. VÝZNAM VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT A ČLENĚNÍ.....	7
1.5. VOLNOČASOVÉ AKTIVITY PRO SENIORY.....	8
1.6. AKTIVIZACE SENIORŮ.....	10
1.7. DOMOVY PRO SENIORY.....	11
2. SHRUTÍ TEORETICKÉ ČÁSTI.....	12
3. CÍLE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	12
4. METODIKA.....	13
4.1. VÝZKUMNÁ METODA.....	13
4.2. VÝZKUMNÝ VZOREK A ETIKA VÝZKUMU.....	13
5. INTERPRETACE ZÍSKANÝCH DAT.....	14
5.1. KAPITOLA 1 – PODOBA VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT.....	14
5.2. KAPITOLA 2 – POZITIVNÍ VLIV PANDEMIE NA AKTIVIZACI.....	16
5.3. KAPITOLA 3 – ZMĚNY TYPU AKTIVIT.....	16
5.4. KAPITOLA 4 – POTŘEBY SENIORŮ.....	19
5.5. KAPITOLA 5 – NOVÉ AKTIVITY.....	21
6. DISKUSE.....	22
ZÁVĚR.....	24
SUMMARY.....	26
POUŽITÁ LITERATURA.....	29
SEZNAM PŘÍLOH.....	31
PŘÍLOHA Č. 1: TEZE BAKALÁŘSKÉ PRÁCE.....	31
PŘÍLOHA Č. 2: SOUHLASNÝ DOKUMENT O ZPRACOVÁNÍ OSOBNÍCH ÚDAJŮ.....	35
PŘÍLOHA Č. 3: SCÉNÁŘ ROZHOVORU.....	36

Úvod

Stárnutí je neoddělitelnou součástí přirozeného procesu života. Pro některé představuje stáří velice obávanou část jejich života a neradi si tuto etapu vůbec připouští. Člověk by měl stáří přijmout jako fakt a aktivně se na něj připravovat. Aktivní životní styl může vést k pozitivním návykům, které nás mohou doprovázet až do konce života.

Rok 2020 nezačal pro většinu populace úplně nejlépe. Covid, pandemie, zákazy, opatření, distancování a mnoho další jsou termíny, které se staly nedílnou součástí všedního slovníku a života. Každodenní život se drasticky změnil pro celou společnost, ale skupinu, kterou pandemie nejvíce ovlivnila a ohrozila, byli senioři. Život seniorů v domácím prostředí nebo žijících v domovech pro seniory se obrátil vzhůru nohama. Domovy pro seniory, které jako instituce mají zajistit důstojný život seniorů, zasáhla pandemie, která ohrozila tuto šanci na důstojné žití. Nepříznivá covidová situace zapříčinila to, že domovy pro seniory podlehly mnoha opatřením, která ovlivnila celkový chod domova.

Opatření, které nejvíce zasáhlo chod domova a celkového života, byl zákaz návštěv a s ním spojený i zákaz shlukování. Senioři tak byli naprosto odříznutí od svých rodin, nemohli se ani stýkat s ostatními seniory v domě. Senioři tak museli být izolováni na svých pokojích. S tím souvisí i téma této bakalářské práce. Volnočasové aktivity, které jsou nedílnou součástí aktivizace v domovech, se musely zcela změnit, jelikož se musel omezit nebo zcela zamezit styk mezi ostatními seniory (Bílková, 2020). Sociální a aktivizační pracovníci se snažili zabránit šíření nemoci, zároveň pro ně vyplnění volného času představovalo výzvu, aby volnočasové aktivity odpovídaly pandemickým opatřením a zároveň plnily funkci, kterou mají.

Práce si tedy klade za cíl nastínit dopady pandemie Covid – 19 na volnočasové aktivity v domovech pro seniory v Praze. Hlavní otázkou bakalářské práce je, jak onemocnění Covid - 19 ovlivnilo volnočasové aktivity v domovech pro seniory. Bude se tedy zkoumat způsob provádění těchto aktivit a jakým způsobem se vládou zavedené opatření podepsala na fungování aktivizace. Též se budou analyzovat potřeby seniorů. K naplnění výzkumného cíle byly využity rozhovory s aktivizačními pracovníky.

Práce je rozdělena na dvě části. První část se soustředí na teoretické koncepty, kde je pozornost věnována předchozím výzkumům, které se tímto tématem již zabývaly. Dále jsou popsány potřeby seniorů a volnočasové aktivity seniorů v rámci aktivizace v domovech pro seniory. V analytické části bude prostor pro představení kvalitativního výzkumu, který byl proveden pomocí polostrukturovaných rozhovorů a pro představení interpretace dat. Závěr práce bude věnován shrnutí a diskusí výsledků, které vyplynuly z rozhovorů s aktivizačními pracovníky.

1. Teoretické vymezení tématu

V této části bakalářské práce je představeno teoretické pozadí výzkumu, tedy je popsán současný stav poznání, který představí již provedené výzkumy týkající se tématu a zároveň jsou zde objasněny pojmy podstatné pro mou práci.

1.1. Dosavadní stav poznání

Pandemie Covid – 19 ochromila převážně v letech 2020–2022 celou společnost. Přišlo období restrikcí, změn a nejistoty, které zasáhlo i domovy pro seniory. Vláda od začátku pandemie přijala mnoha opatření a mnohé z nich se týkaly přímo domovů pro seniory. Opatření tak ovlivnila celý jejich chod a samotné fungování služby.

Problematikou pandemie a jejího vlivu na seniory a na fungování domovů se v českém a zahraničním kontextu zabývalo mnoho autorů. Mezi české autory zabývající se touto tematikou, se řadí autorka Bílková, která poukazovala na problematiku opatření týkajících se seniorů. Důvod, proč nejvíce opatření byla orientována přímo na ochranu starších osob, je takový, že u lidí starších 60 let je statisticky dokázán těžší průběh nemoci Covidu – 19 a tedy i následná úmrtnost. Vláda v souvislosti s ochranou seniorů přijímala opatření dvojího druhu – pozitivní a negativní. Negativní opatření měla charakter zákazu, například zákaz návštěv v domovech pro seniory nebo doporučení, aby starší osoby neopouštěly zbytečně své domovy. Pozitivní opatření zpřístupněla seniorům jisté výhody, jako je jim výhradně určená doba na nakupování v obchodech nebo peněžité odměny na nákup ochranných

pomůcek. Autorka ve svém policy paper upozornila na fakt, že senioři netvoří homogenní skupinu, tedy zavádění plošných opatření týkajících se výhradně seniorů může vést k mylné představě, že senioři jako celek představují zranitelnou a slabou skupinu. Opatření, která měla prvotní cíl chránit seniory, mohou vyvolat spíše projevy ageismu nebo posílení stereotypů a předsudků vůči osobám seniorského věku (Bílková, 2020).

Mezi další autory, kteří se zabývají tematikou pandemie a fungování domovů pro seniory, jsou autoři Horecký a Švehlová. Autoři se zabývali přijatými opatřeními, která omezovala režim domovů pro seniory. Z výzkumu vyplývá, že vláda přijala restriktivní opatření, která na 136 dnů kompletně uzavřela všechna zařízení sociálních služeb. Postupné rozvolnění a otevření domovů návštěvám došlo až na konci roku 2020. Psychická pohoda a zdraví seniorů tak velice strádala kvůli právě přerušení kontaktů a sociální izolaci (Horecký a Švehlová, 2021, str. 9). Tuto skutečnost potvrzuje i zahraniční výzkum, který hlásá, že sociální izolace a samota může vést k zvýšenému riziku projevů úzkosti nebo deprese u seniorů (Brooke a Jackson, 2020).

Výzkum, který provedly autorky Pechová, Nejedlá a Vodičková, se soustředí na popis a reflexi pandemie a jejího vlivu na fungování konkrétních domovů pro seniory. Zmíněné organizace ve výzkumu popisují, jak doba pandemie Covid – 19 byla pro jejich fungování velice náročná a stresová, jelikož byl na ně vytvořen nátlak v oblastech, které nebyly vyloženě jejich oblasti zájmu, tedy například zvýšené hygienické nároky nebo realizování vládních a epidemiologických nařízení. Jelikož se epidemiologická situace měnila rychle, bylo zapotřebí, aby se i organizace rychle adaptovaly a bylo tak zapotřebí měnit pracovní postupy, což pouze posilovalo pocity strachu a nejistoty, které organizace pociťovaly. Co se týče klientů, tak ti, jak již bylo zmíněno i v předešlých výzkumech (Horecký a Švehlová, 2021), velice trpěli kvůli uzavření domovů a absenci kontaktu s jejich rodinou. Výzkum také popisuje, jak někteří senioři nedokázali odloučení, povinnost izolace a zrušení aktivit pochopit například kvůli jejich anamnéze.

Další omezení, se kterým se domovy musely potýkat, byl nedostatek personálu. Z důvodu onemocnění personálu nebo klientů, kteří vyžadovali dodatečnou péči, docházeli do domovů externí pracovníci třeba z Červeného kříže nebo dobrovolníci (Pechová et al., 2022). Problém s nedostatkem personálu nenastal pouze v době pandemie. Jedná se o

dlouhodobý problém, který pandemie Covid – 19 pouze prohloubila. Nedostatek odborného personálu tak mohl zapříčinit neschopnost úplného dodržování protiepidemiologických nařízeních a zároveň poskytování a pokrytí základní péče, kterou domovy pro seniory primárně zastřešují (McGilton et. al., 2020).

Zahraniční autoři Heid a kolektiv se zabývali pandemií a jejím dopadem na psychické a fyzické zdraví seniorů. Výsledky tohoto výzkumu poukázaly na to, jak senioři strádali především kvůli nedostatečným sociálním interakcím a kontaktu s jejich rodinou. Další okruh, který pandemie ovlivnila nejvíce, je pohyb. Výzkum popisuje, jak z důsledku restrikcí a jiných omezení, bylo zapotřebí omezit pohyb a volnočasové aktivity obecně. Tato část výzkumu je relevantní pro tuto bakalářskou práci, jelikož výzkum univerzálně popisuje překážky, se kterými se senioři v rámci volnočasových aktivit potýkali. Jedná se především o naprosté znemožnění pohybu, nemožnost navštěvování veřejných cvičišť nebo třeba nošení ochranných pomůcek v rámci aktivit (Heid et al., 2021).

1.2. Potřeby seniorů

Život seniora doprovázejí velké životní změny a s přibývajícím věkem se mění a vyvíjí také lidské potřeby. Lze tedy předpokládat, že se budou měnit i potřeby ve stáří a zároveň se bude měnit i jejich hierarchie (Haškovcová, 2010, str. 252). Lidskou potřebu lze charakterizovat jako nedostatek, který se lidský organismus snaží změnit nebo eliminovat (Příbyl, 2015, str. 31) (Trachtová, 2001, str. 10). Mlýnková (2011, str. 47) však podotýká, že potřeba se nemusí nutně týkat nějakého nedostatku, nýbrž může se jednat i o nadbytek něčeho. Celý lidský život je doprovázen potřebami, které podporují lidský rozvoj samotnou existenci člověka.

U seniorů se tedy mění hodnotový žebříček a do popředí přichází potřeby, jako jsou zdraví, klid, spokojenost a bezpečí. Vracejí se tedy k nejznámější pyramidě potřeb, k Maslowově pyramidě, jejíž základ stojí na fyziologických a psychosociálních potřebách, tedy pocitu bezpečí a jistoty, lásky a sounáležitosti. U seniorů dochází k větší fixaci na rodinu. Tyto potřeby považujeme za potřeby nižší (Mlýnková, 2011, str. 48-49) (Ondrušová, 2017, str. 40) (Hauke, 2011, str. 11). To však neznamená, že potřeba osobního rozvoje s přibývajícím věkem zaniká.

Příbyl (2015, str. 32) rozděluje potřeby do dvou kategorií – vyšší a nižší. Nižší potřeby nutí člověka, aby se staral o sebe z fyziologického hlediska. Bez uspokojení a naplnění těchto potřeb, člověk dlouho nedokáže přežít. Autor mezi ně řadí i potřeby jistoty a bezpečí, na kterých si senioři velmi zakládají. Mezi vyšší potřeby řadí autor pocit uznání, sounáležitost a seberealizaci. Tyto potřeby jsou získané a osvojené, kdy jedinec vyhledává společnost jiných lidí, socializuje se a má touhu uplatnění se ve společnosti. Je důležité podotknout, že k naplnění vyšších potřeb je prvně nutnost uspokojit potřeby nižší. S otázkou uspokojení potřeb se pojí termín deprivace. V předešlé kapitole 1.1. bylo popisováno, jak provedené výzkumy poukázaly na fakt, že senioři strádali v oblasti sociálních interakcí a kontaktu především s jejich rodinou. Senioři ve výzkumu popisují, že jim chyběl jak fyzický kontakt, tak i sociální interakce s rodinou, přáteli, dětmi a jejich vnoučaty (Heid, 2021). Jak již bylo výše avizováno, senioři se ve velké míře mohou upnout na své blízké a rodinu a pokud člověk dlouhodobě nenaplnuje své potřeby, může dojít k deprivaci (Výrost et al., 2019).

Dále autor v knize člení potřeby lidí seniorského věku podle holistického přístupu. Žádná z následujících potřeb a oblastí nepůsobí sama o sobě, ale navzájem se prolínají a ovlivňují:

- Biologické potřeby: tekutiny, potrava, spánek, vylučování, odpočinek a pohyb.
- Psychologické potřeby: potřeba jistoty a bezpečí, respektování lidské důstojnosti a touha po důvěře.
- Sociální potřeby: osobní kontakt s lidmi, potřeba komunikovat, potřeba milovat a být milován
- Duchovní potřeby: potřeba smyslu života, potřeba odpuštění. Tyto potřeby nemusí být výslovně spjaty s náboženskými praktikami (Příbyl, 2015, str. 32).

Domovy pro seniory by tedy měly reflektovat tyto potřeby svých klientů a jejich potřeby by se tak měly promítat do podob volnočasových aktivit. Senioři netvoří homogenní skupinu, tudíž ani nabídka volnočasových aktivit by neměla být omezená a jednotvárná. Každý senior by měl být schopen si z nabídky vybrat aktivitu, která bude odpovídat jeho možnostem, bude mu příjemná a bude mít jasný účel (Crawford, Walker, 2008, str 12).

1.3. Volný čas

Sociolog Joffre Dumazedier definoval volný čas jako „komplex aktivit mimo pracovní, rodinné a společenské závazky (i mimo biofyzickou péči o vlastní osobu), jimiž se jedinec zabývá ze své vůle, aby si buď odpočinul, pobavil se, nebo svobodně zdokonaloval svou tvůrčí kapacitu“ (Janiš, 2016, str. 22). Podle Holczerové a Dvořáčkové je volný čas doba, kterou využíváme pro naše potěšení, přináší radost a uspokojení. Ve volném čase se člověk věnuje činnostem, které sám chce, a ne které musí (2013, str. 29). Definice volného času je mnoho, na čem se však všechny definice shodují, je tvrzení, že podstatný je zájem jedince (Janiš, 2016, str. 34).

1.4. Význam volnočasových aktivit a členění

Volnočasové aktivity seniorů se ve své podstatě moc nemění od aktivit, kterým se věnují mladší jedinci (Janiš, 2016, str. 79). Aktivita, a to nejen ve stáří, mobilizuje fyzickou i psychickou stránku člověka. Právě absence aktivity v pokročilejším věku může vést k úpadku, k depresím nebo k urychlení fyziologických procesů stárnutí nebo dokonce k obecnému rozpadu osobnosti. Proto je aktivizace tak podstatná, jelikož zpomaluje procesy stárnutí a zvyšuje kvalitu života (Holczerová a Dvořáčková, 2013, str. 34).

Volný čas lze rozdělit do několika kategorií podle funkcí, které zastávají (Janiš, 2016, str. 23).

- Výchovně – vzdělávací
- Zdravotní
- Sociální
- Preventivní

Termíny výchova a vzdělávání v tomto kontextu nelze od sebe oddělit. Co se týče výchovy, tak je důležité podotknout, že výchova je nikdy nekončící proces. Volnočasové aktivity výchovného charakteru rozvíjejí především kompetence sociální a osobní, tedy podpora mezilidských vztahů a také rozvíjí kompetence občanského rázu. Vzdělávací funkce volného času je zprostředkována v rámci neformálního i formálního vzdělávání.

Cílem těchto vzdělávacích aktivit je osvojení si znalostí, které následně využijí v praktickém životě. Zde se však projevuje jistý paradox, protože některé nabízené aktivity se týkají oblastí, které již nelze příliš prakticky využít, jako jsou například přednášky historie nebo přírodních věd.

Zdraví je podle Světové zdravotnické organizace (WHO) definováno jako „stav úplné fyzické, duševní a sociální pohody, a ne pouze nepřítomnost vady nebo nemoci.“

Proto jsou zdravotní funkce vnímány jako vysoká hodnota v lidském životě a volnočasové aktivity by měly podporovat fyzickou kondici a zdraví a měly by být zahrnuty do programu aktivit každého jedince. Některé aktivity mohou přispívat k duševnímu a sociálnímu naplnění, jelikož senior tráví čas v kolektivu a může potkávat nové jedince.

Sociální funkci lze chápat jako funkci společenskou, tedy určenou pro společnost. Cílem této funkce je pozitivní přispívání ke zlepšení mezigeneračních vztahů a mezigenerační komunikace. Obecně to přispívá k lepší náladě ve společnosti. Sociální funkce se pojí s preventivní funkcí, jelikož právě mezigenerační socializace může sloužit jako prevence proti ageismu (Janiš, 2016, str. 26-31).

1.5. Volnočasové aktivity pro seniory

Současná společnost se snaží hlavně propagovat aktivní a kvalitní život, a to i u seniorů. S tím se pojí i termín aktivní stárnutí, který byl přijat Světovou zdravotnickou organizací a představuje širší rámec, pod kterým si lze představit následující termíny: nezávislost, účast na životě společnosti, důstojnost, péče a seberealizace (Holczerová a Dvořáčková, 2013, str. 23). Znamená to tedy plnohodnotné prožívání života i v pokročilém věku. Většina seniorů pokračuje v aktivitách, které si osvojili v průběhu svého života. Tyto aktivity jsou později ovlivněny a modifikovány jejich zdravotním stavem a také jejich finanční situací.

Aktivity poskytované seniorům v domovech lze obecně rozdělit na skupinové a individuální. Skupinové aktivity jsou charakterem zábavnější, určené pro kolektiv a mohou přispívat k větší komunikaci mezi seniory. Provozují se i složitější aktivity, které ale skupina jako celek zvládne. Nevýhodou skupinových aktivit je, že ne každý se chce

připojit k většímu kolektivu lidí. Pro introvertní jedince jsou aktivity v menších kolektivech nebo individuální aktivity vhodnější.

Druhou skupinu aktivit tvoří tedy individuální aktivity. Výhodou těchto aktivit je, že jsou specificky přizpůsobené potřebám daného seniora (Suchá in Jindrová, Hátlová, 2013, s. 17).

Volnočasové aktivity lze rozdělit do několika kategorií (Janiš, 2016, str. 81):

- Vzdělávací aktivity
- Pohybové volnočasové aktivity
- Aktivity s rodinou
- Aktivity v domácím prostředí
- Společenské aktivity

Edukací seniorů se zabývá samostatná věda, která se nazývá gerontagogika. Senioři, kteří chtějí nadále prohlubovat své vědomosti, se mohou přihlásit například do seniorských center, klubů pro seniory nebo na univerzitu třetího věku, kterou realizují samostatné vysoké školy a celý tento institut pozitivně přispívá k aktivnímu stárnutí.

Pohybové aktivity se pozitivně podepisují na zdraví seniora, a především působí jako prevence proti chorobám, které výrazně snižují kvalitu života. Jedná se o choroby, jako je obezita, cukrovka, kardiovaskulární choroby nebo nádorové onemocnění. Zároveň pohybové aktivity seniorovi zprostředkovávají jistou soběstačnost a autonomii. Mezi pohybové aktivity můžeme řadit například procházky, turistické aktivity nebo kolektivní cvičení, jako je jóga nebo pilates.

Aktivity s rodinou představují veškeré aktivity, které senior vykonává se svými dětmi, vnoučaty nebo širší rodinou. Tento druh aktivit je pro seniora důležitý, jelikož mu dodává pocit potřebnosti a jistého sebenaplnění.

Mezi aktivity v domácím prostředí se řadí aktivity, jako je sledování televize, čtení, ruční práce, pěstování rostlin aj. Smysluplné trávení volného času v domácím prostředí má představovat ekvivalent volnočasových aktivit mimo domov. Nemělo by se však jednat o

záměrnou izolaci.

Společenské aktivity jsou aktivity, které jsou pořádány v rámci nějaké skupiny, většinou vrstevnické. Tyto aktivity jsou specifické tím, že senioři jsou tvůrci volnočasových aktivit. Jsou tedy organizovány kluby seniorů. Mezi takové aktivity se řadí například návštěva divadla, výstav, muzea nebo společné hraní karetních her (Janiš, 2016).

Jak bylo již řečeno, volnočasové aktivity seniorů se příliš neliší od aktivit mladších generací. Senioři se mohou věnovat jakýkoliv aktivitám, které je zajímají. V literatuře se setkáme s různým výčtem aktivit a činností. Mnohé aktivity se v literatuře opakují, tudíž zde představuji pouze nejzákladnější seznam.

Suchá, Jindrová a Hátlová (2013) nabízejí tento výčet her a činností:

- Pohybové aktivity
- Stolní a zábavné hry
- Vzpomínkové aktivity
- Aktivity s hudbou a zpěvem
- Aktivity se zvířaty
- Výtvarné činnosti
- Vaření
- Duchovní aktivity
- Stimulace smyslů
- Čtení
- Zahradničení, práce s přírodními materiály

Pospíšil, Pospíšilová a Trochtová (2018) rozdělili volnočasové aktivity do následujících kategorií. Je však důležité podotknout, že výčet aktivit se nevztahuje pouze na seniory, ale aktivitám se může věnovat kdokoli nehledě na věk:

- Informace, komunikace a občanství
- Humanitní aktivity (psychologie, filozofie, náboženství aj.)

- Literatura a jazyky
- Přírodovědné a technické aktivity a aktivity v domácnosti
- Umění
- Osobní zájmy, cestování a turismus
- Sport, hry a zábava
- Sociální aktivity
- Virtuální realita

1.6. Aktivizace seniorů

Aktivita rozvíjí psychickou i fyzickou stránku člověka. Sociálně aktivizační služby lze rozdělit do dvou skupin. Na služby terénní a na služby ambulantní. Terénní služby jsou služby, během kterých sociální pracovník navštěvuje klienty v jejich domácím prostředí a ambulantní služby jsou součástí zařízení, kam klienti sami dochází (Králová a Rážová, 2007, str. 83).

Aktivizační programy pro seniory v pobytových zařízeních by měly umožnit každému seniorovi žít způsobem, který mu nejvíce vyhovuje, a hlavně pokračovat v tom, co považuje za důležité a na co je zvyklý. Je žádoucí, aby si sociální pracovníci uvědomovali potřeby, možnosti a přání svých klientů a respektovali je. Nesprávně vedené aktivizační programy mohou vést k negativním důsledkům.

Aktivizace seniorů v užším slova smyslu představuje jistou prevenci před imobilitou a ztrátou soběstačnosti. Tímto se zabývá ergoterapie, která má za úkol nacvičení všedních činností a obnovu soběstačnosti. Aktivizace v širším slova smyslu zahrnuje smysluplné trávení volného času nebo rozvíjení a zachování různých pohybových aktivit (Holczerová a Dvořáčková, 2013, str. 34).

Jak již bylo výše avizováno, každý senior je jedinečný a každý má své jedinečné zájmy. Domovy pro seniory by proto měly nabízet pestrou škálu aktivit, ze kterých si mohou senioři vybrat. U aktivizačních technik a programů je důležitá společenská funkce a kontakt s ostatními seniory, jedná se o prevenci sociální izolace a osamělosti (Suchá in

Jindrová, Hátlová, 2013, str. 13-14).

1.7. Domovy pro seniory

Tato doplňková kapitola slouží k obecnému představení systému sociálních služeb, převážně domovy pro seniory a péči, kterou zastřešují. Sociální služby a péče v ČR jsou upravené Zákonem č. 108/2006 Sb. o sociálních službách, který upravuje podmínky poskytování služeb osobám, které se ocitli v nepříznivé životní situaci. V kontextu mé bakalářské práce se budu soustředit hlavně na pobytové služby sociálních zařízení, mezi které se řadí i domovy pro seniory. § 49 Zákonu o sociálních službách upravuje, komu jsou pobytové služby určeny. Jedná se tedy o osoby se sníženou soběstačností zejména z důvodu věku. Domovy pro seniory poskytují ubytování, stravu, pomoc při výkonu běžných denních činností. Zároveň jsou zabezpečeny sociální i zdravotní služby. Dále paragraf garantuje zajištění kulturních a aktivizačních činností pro klienty domovů. Hlava II. Podmínky pro poskytování sociálních služeb stanovuje podmínky a pravidla, které musí potenciální uchazeč splnit, aby mohl být umístěn do domova pro seniory. Pobyt v domově si každý klient financuje z vlastních prostředků.

2. Shrnutí teoretické části

V teoretické části byla věnována pozornost třem hlavním okruhům, a to provedeným výzkumům na obdobné téma, potřebám seniorů a volnočasových aktivit pro seniory. První část teorie představila několik tuzemských i zahraničních výzkumů. Přínosem pro tuto bakalářskou práci jsou informace o dopadech sociální izolace seniorů na jejich psychické zdraví a vlivu zavedených restrikcí, jako byl třeba zákaz návštěv, na fungování domova pro seniory. Výzkumy také pomohly vytvořit základní představu o průběhu volnočasových aktivit v době pandemie. Následné představení základních pojmů, jako jsou potřeby seniorů, volnočasové aktivity pro seniory a domovy pro seniory, mělo figurovat jako stěžejní teorie pro následný empirický výzkum

3. Cíle a výzkumné otázky

Jak již samotný název práce napovídá, bude hlavním cílem této bakalářské práce zjistit a popsat, jak onemocnění Covid-19 ovlivnilo, v případě, že ovlivnilo, volnočasové aktivity v domovech pro seniory. Dílčí cíl bude mít za úkol zjistit a analyzovat, které aktivity podlely největším změnám. Další dílčí cíl se pokusí zjistit, zda byly potřeby seniorů v době covidu naplněny a v neposlední řadě si práce klade za cíl zjistit, zda byly zavedeny nějaké nové aktivity v té době a v případě, že ano, jsou-li začleněny do dnešní podoby volnočasových aktivit.

Na základě formulovaných cílů, byly formulovány následující výzkumné otázky:

- Jak probíhaly volnočasové aktivity v době covidu?
- Přinesl covid něco pozitivního v rámci aktivizace?
- Na základě členění aktivit podle Janiše, které aktivity covid ovlivnil nejvíce?
- Byly potřeby seniorů naplněny v době covidu?
- Zavedly se nějaké nové aktivity a v případě, že ano, byly posléze zakomponovány do dnešní podoby volnočasových aktivit?

4. Metodika

4.1. Výzkumná metoda

Pro tvorbu výzkumného šetření byla zvolena metoda kvalitativního výzkumu, konkrétně polostrukturovaný rozhovor. Jedná se o nejpoužívanější metodu v kvalitativním výzkumu, jelikož otevřené otázky napomáhají k získání co nejvíce informací. Tato metoda byla zvolena také proto, že účelem dotazování bylo získat detailní a komplexní informace a náhled o studovaném jevu (Švaříček a Šedřová, 2007, str. 159-160). Polostrukturovaný rozhovor umožní tazateli volnou manipulaci s otázkami, tedy přizpůsobit rozhovor podle dané situace. Lze tedy přeskačovat nebo popřípadě se i zeptat na otázky, které mohou vzejít v průběhu rozhovoru (Hendl, 2016, str. 178-179).

Samotný rozhovor se skládal z 14 otázek a je rozdělen do 3 částí. První část se zabývá volnočasovými aktivitami. Otázky hledají odpověď na průběh a formu volnočasových aktivit v době covidu, tedy jak pandemie ovlivnila podobu aktivit. Druhý pomyslný úsek se zaměřuje na úhel pohledu aktivizačních pracovníků, tedy vyptává se na jejich zkušenosti. Poslední část je zaměřena na seniory, tedy na jejich vnímání volnočasových aktivit v době covidu. V této části otázek je také zaměřeno na okruh potřeb seniorů. Smyslem posledních otázek bylo vystihnout možné pozitivní změny, které covid v rámci aktivizace mohl přinést.

4.2. Výzkumný vzorek a etika výzkumu

Rozhovory jsem vedla s pracovníky aktivizace. Co se týče samotných rozhovorů, tak rozhovor byl proveden s pěti ženami a jedním mužem. Dohromady bylo tedy uskutečněno 6 rozhovorů. Rozhovory se uskutečnily vždy osobně v domově pro seniory s pracovníky a po obeznámení s tématem výzkumu a se souhlasem a ujištěním o anonymitě, byl rozhovor nahrán na mobilní diktafon a následně proveden doslovný přepis. Doba rozhovoru se pohybovala kolem 30 minut. Po ukončení rozhovoru mě někteří pracovníci provedli po celém domě, abych dostala představu, jak je jejich domov situován.

Výzkum v rámci této bakalářské práce byl realizován v souladu s etickými principy pro kvalitativní výzkum. Byl zajištěn informovaný souhlas i souhlas se zveřejněním výsledků. Těž samotný rozhovor byl anonymizován. Což v souladu s etickými zásadami výzkumu znamená, že nebude v práci uvedeno jméno aktivizačního pracovníka, ani název domova. Pro lepší orientaci jsem pojmenovala domovy podle abecedy. Bude se tedy jednat o domovy pro seniory A – F.

Po realizaci rozhovorů s respondenty a přepisu přišla na řadu analýza dat. Po přepisu tedy bylo provedeno otevřené kódování dat, které usnadnilo následnou interpretaci dat. Samotné kódování proběhlo formou tužka – papír, což mi umožnilo samostatně kódy následně spojit na základě souvislostí do jednotlivých kategorií (Švaříček a Šed'ová, 2007, str. 211–212). Kategorie, které z kódování vzešly, jsem pojmenovala následovně: podoba volnočasových aktivit, pozitivní vliv pandemie na aktivizaci, změny typu aktivit, potřeby seniorů a nové aktivity. Kategorie jsou vysvětleny v kapitole 5. Interpretace získaných dat, kde názvy kategorií korespondují s názvy kapitol.

5. Interpretace získaných dat

Kapitola analýza a interpretace dat si klade za cíl představit získané zjištění a data, která vznikla na základě provedeného výzkumu. Tato druhá část práce je rozdělena do kapitol, které se věnují a odpovídají vždy jednomu výzkumnému cíl a němu přiřazené výzkumné otázky.

5.1. Kapitola 1 – podoba volnočasových aktivit

Tato bakalářská práce si klade jako primární cíl zjistit a popsat, jakou formou probíhaly volnočasové aktivity seniorů v době covidu a na to se úzce pojí otázka, zda covid přinesl něco pozitivního v rámci aktivizace. V dotazníku jsou na tento cíl primárně vyhrazeny otázky v první části dotazníku. Hlavní zjištění, které tato otázka ohledně podoby volnočasových aktivit v době pandemie přinesla, je informace, že veškeré volnočasové aktivity se přesunuly na pokoj k seniorům. Nepříznivá epidemiologická situace znemožnila to, že senioři, ale ostatně i zbytek populace, se nesměli stýkat mezi sebou. To bylo příčinou, že bylo nutné zrušit společné aktivity a přesunout je na pokoj. Největší změna byla taková, že společenské aktivity se proměnily v individuální. Což pro pracovníky aktivizace znamenalo, že museli obcházet seniory separátně a provádět s jimi individuální aktivizaci na pokojích za základě jejich potřeb nebo možností.

„Bylo to vyloženě spíš individuální aktivity, což jsme tak jakože aplikovali to, co děláme na skupině individuálně na těch pokojích, že jsme si s nima cvičili, trénovali nějak paměť. A tímhle stylem jsme, jakože s těma lidma víc fungovali.“ (Domov pro seniory D)

Co se týče formy a zprostředkování těchto aktivit, tak z rozhovorů vyplynulo, že formou, kterou aktivizační pracovníci poskytovali aktivity, byla velice omezená. Omezená byla také v tom ohledu, že pracovníci domovu primárně chtěli zajistit bezpečí, aby ochránili seniory před nákazou virem. Což znamenalo, že pracovníci museli nosit masky, popřípadě celé obleky, když přišli do styku s klienty. Aktivizace byla tedy omezená i v tom, že ochranné pomůcky znemožňovaly hladkou komunikaci a interakci mezi pracovníky a klienty, jelikož mnozí senioři mohou špatně slyšet a komunikace přes ochranné pomůcky

je do jisté míry omezená. „V ten moment jsme zrušily společné aktivity. Jo jo, okamžitě se to rozdělilo do pokojů prostě a v ten moment nastupovalo to, že vlastně aktivizace byla omezená na to. Právě že nebyly ty společné aktivity a muselo se vlastně chodit po pokojích a třeba v rouškách jo. A to bylo těžký, protože oni nám chudáci třeba vůbec nerozuměli“ potvrdila pracovnice z domova pro seniory E. Další omezení týkající se zprostředkovávání aktivit, bylo omezení ve formě kapacity personálu. Jelikož bylo zapotřebí se věnovat klientům individuálně na pokojích, představovala tato skutečnost pro pracovníky překážku v podobě časového presu. Pracovníci měli pouze omezený čas, který byl vyhrazený na individuální aktivizaci s každým klientem. Což znamenalo, že nemohli každému klientovi poskytnout neomezený čas. Čas představoval vzácnou komoditu. Bylo pro ně důležité obejít všechny klienty a zprostředkovat jim činnost v rámci aktivizace. „A tak tam je průměrně 28 klientů na patře a na budově B tak je to 40 klientů na tom patře, takže člověk je za ten měsíc obejde nějak všechny i za ten týden, ale na každodenní návštěvu všech klientů, aby to mělo větší význam, tak ne vždy se to povedlo. Byl to problém trochu no.“ potvrzuje pracovník z domova pro seniory D.

5.2. Kapitola 2 – pozitivní vliv pandemie na aktivizaci

Respondenti hledali poměrně těžko odpověď na otázku, zda pandemie Covid - 19 přinesla něco pozitivního v rámci aktivizace. Nejčastější odpovědí bylo tvrzení, že individuální forma zajištění aktivit jim poskytla možnosti se s klienty osobně sblížit. Na nějakou dobu aktivizačním pracovníkům odpadla povinnost plánovat hromadné akce, tudíž se mohli více soustředit na individuální plány. „To jako že to je individuální aktivizace, tak jako to mi přišlo fakt na tom nejlepší, že byl ten čas, že jsem nemusel řešit, že za dva tejdny budeme mít tedy sportovní den, nebo musím objednat kulturu do června za každý měsíc jednoho dva nějaký vystupující (...). Takže jsem mohl vzít klienta, sednout si s ním na půl hodiny do zahrady a to bylo všechno. Koukali jsme na údržbáře, jak čistí jezírko a povídali si. To byl prostě den.“ potvrdil pracovník domova pro seniory D.

Aktivizační pracovníci také zmínili pozitivní vývoj ve vztazích mezi kolegy. Nepříznivá situace zapříčinila to, že mezi kolegy vládla jistá solidarita a více si vycházeli vstříc. Dobré vztahy se tak vybuchovaly na základě společného prožití a přežití pandemie Covid – 19.

„Tak my, co jsme tu zůstali po tom covidu a něco jsme si spolu prožili, tak ty vztahy jsou takový asi jako, je to pevnější“ potvrzuje pracovnice z domovu F.

5.3. Kapitola 3 – změny typu aktivit

Výzkumná otázka, která zní, na základě členění aktivit podle Janiše, které aktivity covid ovlivnil nejvíce, odkazuje na kapitolu 1.5 Volnočasové aktivity pro seniory. V kapitole je popsáno, jak autor K. Janiš (2016, str. 81) dělí volnočasové aktivity do následných kategorií: vzdělávací aktivity, pohybové aktivity, aktivity s rodinou, aktivity v domácím prostředí a společenské aktivity. K zodpovězení této výzkumné otázky byla v rozhovoru vyčleněna otázka č. 4.

Výpovědi všech domovů se shodnou na tom, že společenské aktivity se musely za covidu zcela zrušit. Zrušení skupinových aktivit úzce souvisí se zákazem shlukování, a tedy celkovým zákazem skupinových aktivit. Někteří pracovníci sdělili, že měli naplánované společenské a kulturní akce měsíce dopředu, které však bylo zapotřebí zrušit nebo upravit, aby odpovídaly opatřením.

„V únoru bývá masopust, tak jsme se nemohli setkávat v sále, tak jsme v maskách chodili po pokojích. Museli jsme to přenést právě zase na ty pokoje a koblih, který sem dával při tý kultuře v tom kulturním vystoupení na masopustu, tak se dával na pokojích, tak jsme se to snažili zase zpřístupnit aspoň takhle a myslím, že úplně v tom prvním roku se to úplně zrušilo. Nebo se to nebo to začlo až ještě jsme ho myslím absolvovali mu to začlo měsíc na to, takže to ještě proběhlo a ten druhý rok to bylo takto omezený po těch pokojích.“
(Domov pro seniory C)

Pohyb a pohybové aktivity mají kladný dopad na celkové zdraví seniorů. Pohyb vede také k autonomii seniora, jak již bylo v kapitole 1.5. zmíněno. Pohybové aktivity však postihlo velké omezení. Je to opět spojené se zákazem shlukování a nutností se distancovat, takže například v domovu pro seniory C, kde pravidelně každé ráno mají společnou rozcvičku, bylo nutností ranní rozcvičku zrušit. „Tak každý den od pondělku do pátku začíná den ranním protažením. Je to půlhodinové cvičení v sedě, takže i pro vozíčkáře tak i pro

chodící klienty. Ale to se muselo úplně zrušit, když přišel ten covid“ uvádí pracovnice z domovu pro seniory C. Jediná možnost byla cvičit se seniory individuálně na pokoji.

Později, když to epidemiologická situace dovolila, bylo možné seniory vodit ven do zahrady, kde bylo možné procvičit chůzi nebo jiné pohybové aktivity. K využití měli senioři také chodby na procvičení chůze a obdobných aktivit. Pokud byla využita chodba na procvičení například chůze, byl senior na chodbě sám, aby se zabránilo styku s ostatními seniory. *„Když třeba byly pohybové aktivity u lidí, kteří byli otestovaný a průkazně neměli covid, tak mohli třeba na chvíli z pokoje, ale byli sami vždycky na chodbě nebo sami na zahradě nebo sami nějaký cvičení stylu máme tady rotopedy na cvičení apod. ale byli sami. Nemohli jsme pouštět k sobě“* potvrdili pracovníci z domovu pro seniory E. Nedostatek pohybu zapříčinil to, že se mohl fyzický stav seniora zhoršit. Tudiž aktivizace, která je právě založená na prevenci imobility, nenaplnila svůj účel. Nedostatek pohybových aktivit vedl k úbytku autonomie seniorů, snížila se tedy jejich soběstačnost, a tak se senioři museli základní pohybové praktiky učit znovu, aby se jejich fyzický stav eventuálně navrátil do dob před pandemií.

„V průběhu covidu to bylo, že jsme kdo mohl nebo kdo měl tu chuť, tak s nima cvičil na pokoji, když už to šlo, že jsme mohli třeba s nima být na chodbu, tak jsme s některými cvičili tu chůzi jako takovou, aby se udrželi, protože pár lidí bylo vyloženě markantní zhoršení tý chůze nebo koordinace, zvlášť když třeba i měli covid, tak jedna paní přestala chodit, tak jsme pak museli cvičit zase vstávání, sedání a rozchodit se trošku.“ (Domov pro seniory C)

Zbylé kategorie, jako jsou vzdělávací aktivity a aktivity v domácím prostředí, nezaznamenaly výrazné změny, jelikož se jedná o aktivity, které lze aplikovat jak na skupinové aktivity, tak i na individuální. Tyto aktivity nepoznamenaly žádné omezení, naopak nabyly na intenzitě a volný čas seniorů byl vyplněn právě těmito činnostmi. Změny byly pochopitelně zaznamenány u aktivit s rodinou, které jsou založeny na kontaktu s rodinou. Setkávání s rodinou bylo zprostředkované skrze technologie a v pozdější době bylo umožněno se setkat s rodinou například skrze tzv. objednávkový systém, ale kontakt byl umožněn pouze přes jistou bariéru a byla nutnost prokázat bezinfekčnost. Přímý kontakt byl umožněn až v pozdější době pandemie a stále byl

doprovázen přísnými opatřeními.

„Když se ještě nemohlo setkávat vyloženě osobně, ani na tu krátkou dobu, tak vím, že u recepce, přes ty prosklené dveře, tak tam byl takový mikrofonek a přes ty prosklené dveře se pak mohli alespoň vidět.“ (Domov pro seniory A)

Zajímavá informace, která z rozhovoru vzešla, je reflexe, že aktivizační pracovníci nyní začali více začleňovat individuální aktivity do jejich plánování aktivit. Nejedná se tedy vyloženě o konkrétní změnu druhu volnočasových aktivit, ale jedná se o celkovou kategorii aktivit. V rozhovorech bylo samozřejmě avizováno, že individuální aktivity poskytovali vždycky, ale ty skupinové aktivity byly pro většinu domovů prioritou. Šlo jim hlavně o socializační aspekt volnočasových aktivit. Nyní se podíl individuálních a skupinových vyrovnal. Pracovníci tak reagovali na aktuální potřeby seniorů.

„Hodně jsme se naučili na individuální aktivity, hodně jako na ně dávat ten důraz, jo? Protože to předtím jsme neměli tak rozvinutý. Takže teď to máme tak půl na půl, předtím tak dvě třetiny. Předtím jsme měli dvě třetiny skupinové a jednu třetinu. No prostě takhle jsme to měli. Jo a teď to máme fakt půl na půl. No a tohle nám to teda přineslo.“ (Domov pro seniory F)

5.4. Kapitola 4 – potřeby seniorů

Dále si tato bakalářská práce klade za cíl zjistit, zda byly potřeby seniorů v době pandemie skrze volnočasové aktivity naplněny. Jak již bylo v kapitole 1.2. Potřeby seniorů avizováno, potřeba člověka je jednou z nedílných podmínek pro jeho rozvoj a existenci. Člověk potřebuje spát, jíst, pocítovat bezpečí a socializovat se s jinými lidmi a uspokojit nespočet jiných potřeb. Pokud potřeby nejsou z dlouhodobého hlediska uspokojovány, může dojít k deprivaci.

Otázka tedy zní, zda forma, kterou poskytovali pracovníci volnočasové aktivity, dokázala uspokojit potřeby seniorů. Respondenti na tuto otázku odpověděli, že péče a aktivity, které v té době poskytovaly, měly tendenci naplnit potřeby seniorů.

„Určitě. Vždycky to má naplnit tu potřebu toho klienta. I to trénování paměti se zase těm, co potřebovaly právě jaksi zaměstnat tu hlavu i to tvoření zaměstnat. Zase ti, co potřebujou zaměstnat ty ruce. Vždycky se člověk snaží to, co ten klient potřebuje.“ (Domov pro seniory D)

„Takže potřeba seniora je celkem pravděpodobně taková, že se potřebuje najíst, vyspat a to všechno bylo prostě. To se podařilo naplnit, ale o co šlo, aby se při tom zasmál a měl nějaký sociální kontakt. To se taky povedlo. Samozřejmě, pokud někdo měl touhu navštívit Národní galerii, to ne.“ (Domov pro seniory E)

Priorita domovů však byla taková, aby se uspokojily hlavně primární potřeby. Tedy aby bylo o seniora postaráno z hlediska jeho biologických potřeb. Což znamená, aby měl dostatek jídla, pití anebo spánku. V naplnění psychologických a sociálních potřeb, mezi které se řadí například pocit bezpečí, jistoty, kontakt s jinými osobami nebo třeba pocit lásky, se již některé domovy míjejí. Z rozhovoru s paní aktivizační pracovnící z domovu A vyšlo najevo, že senioři velice strádali kvůli deprivaci kontaktu s jejich rodinou. Jak již bylo psáno v kapitole 1.2. Potřeby seniorů, senioři se mohou upínat na svou rodinu. V době pandemie, kdy byly návštěvy zakázány v zařízeních sociálních služeb, tedy v domovech pro seniory, byli senioři naprosto odříznuti od svých blízkých. Téměř jedinou formou kontaktu s rodinou pro ně představovaly videohovory. Proto se nepodařilo naplnit jejich potřebu po osobním kontaktu převážně s jejich rodinou. Tento závěr koresponduje se závěry výzkumů představené v kapitole 1.1 Současný stav poznání. Autoři Horecký a Švehlová popisovali, jak senioři strádali kvůli nedostatku sociálního kontaktu a kvůli jejich anamnéze nebyli tak schopni pochopit pandemickou situaci a všechny omezení, které se k ní vztahovaly (Horecký a Švehlová, 2021). Tuto tezi potvrzuje pracovnice z domova pro seniory B: *„Dost z klientů teda umřeli, si myslím, i na takový ten jako smutek jo, že nedokážou pochopit s tou svojí diagnózou, že prostě ty rodiny nemůžou přijít.“*

Z rozhovoru s pracovnící z domu F vzešlo, že o seniory bylo postaráno a byly zajištěny ty primární potřeby, ale u seniorů přetrvával strach, tudíž psychologická potřeba, jako je právě pocit bezpečí a jistoty, nebyla uspokojena.

„Vy jste se to asi učili na tu svou pyramidu a tam je, že prostě musí bejt bazál. No že jo. Všechny tyhle ty věci a pak teprve je nějaká seberealizace a bezpečí. A ve chvíli, kdy vlastně máte bazál, ten byl zajištěnej, jídlo a tak a pak je tam pocit bezpečí, jo, v tý druhý a ten pocit bezpečí nebyl, tak ty pak nepotřebujete to vostatní prostě potřebujete soustředit jenom na to, abyste nějakým způsobem se zbavila toho strašnýho strachu.“ (Domov pro seniory F)

Na druhou stranu z rozhovoru s pracovníky z domovu E vyšlo najevo, že přestože hlavním cílem bylo uspokojení těch primárních potřeb, senioři nestrádali ani ve sféře psychologických potřeb.

„Tady šlo o to, že my jsme ale s nima furt mluvili, my jsme jim dopředu říkali, že prostě a popravdě, nelhali jsme, řekli jsme jim je to strašně nakažlivá, a oni to na ně sypali. Z toho. Z televize furt a oni se i báli. Ale tím, že jsme k tomu přistupovali normálně, tak to vzali. Nikdo se tady nebouřil a nebouchal a dveře, nebušil na okno. Prostě nikdo na nás nebyl arogantní, protože byli informovali. To je důležitý.“ (Domov pro seniory E)

5.5. Kapitola 5 – Nové aktivity

Dílčí cíl této bakalářské práce si klade otázky, zda byly vymyšleny nějaké nové volnočasové aktivity a případně že ano, zda byly začleněny do dnešního fungování aktivit v domovech pro seniory. Odpověď na tuto otázku zní, že žádná nová specifická aktivita nebo činnost se v rámci volnočasových aktivit nevymyslela. Co však vzešlo, je informace, že v době pandemie senioři začali více využívat technologie. Především pro komunikaci s rodinou, prohlížení si fotek a pro využívání internetu pro volnočasové účely.

„Takže si tak nějak vymýšleli s naším IT technikem, co by se mohlo udělat, tak se koupili tablety. Máme tady vlastní wifi síť, takže se připojuje na internet a lidi pak mohli si volat přes Whatsapp, Viber nebo Skype. Videohovory si mohli dělat. Takže to byla taková, že nová změna. My jsme to pak začali využívat, že je tam prostě hned v tom Youtube dostupný, Wikipedie, Seznam Zprávy a tak, že jsme mohli s nima procházet nějaký novinky, minutu po minutě pustit nějaký písničky a dostali se taky do kontaktu s moderními

technologiami, který mají většinou jejich vnoučata.“ (Domov pro seniory D)

Zajímavé zjištění, je takové, že senioři si vybudovali kladný vztah k moderním technologiím, které využívají dodnes. Některým domovům byla v době pandemie Covid – 19 poskytnuta možnost vyzkoušení virtuální reality skrze virtuální brýle, kterou jim poskytla firma Kaleido. V době pandemie tato možnost pro dům představovala dočasné zabavení, zpestření od jednotvárných dnů, které senioři v domovech prožívali.

„Docela fajn bylo, že jsme si mohli zkusit virtuální realitu, jsou takový ty brýle přímo jako od společnosti Kaleido takže to je přímo pro seniory. To jsme myslím právě nějak jako objevili v té době. Zase se obchází prostě po pokojích a klienti si to zkoušej. A teďkom po novém roce je máme zase. No je to teda jako zasponzorovaný firmou Johnson & Johnson, takže to je díky nim, ale to musím říct, že si hodně klienti to oblíbili.“ (Domov pro seniory B)

Moderní technologie představovaly pro pracovníky aktivizace také jistou pomocnou ruku, jak seniorům vyplnit volný čas. S možností internetu se otevřela celá nová oblast aktivit. Senioři si tak uvědomili, že moderní technologie jsou i v rámci aktivizace prospěšné a překonali tak strach, který vůči technologiím pociťovali. *„Tomu to přineslo to, že ty lidi se nebojí těch technologií tolik. Takže my třeba tady teďko máme virtuální brýle, taky vám ukážu, který tady máme od Amos takovej systém vlastně na internetu, že si na to můžou hledat, jo. Takže jim to vlastně otevřelo oči k těm technologiím, protože najednou viděli, že ta technologie je prospěšná.“* potvrdila pracovnice z domovu pro seniory F.

6. DISKUSE

Výzkum v rámci této práce byl zaměřen na aktivizační činnosti v domovech pro seniory v době pandemie Covid - 19. Na základě stanoveného cíle jsem v empirické části práce pracovala s interpretací dat ze šesti provedených polostrukturovaných rozhovorů s pracovníky aktivizace. Na základě analýzy dat jsem se pokusila nalézt odpověď na předem stanovené výzkumné otázky, které jsou zaměřené na průběh a změny volnočasových aktivit v době covidu.

Jedno z hlavních zjištění, které tato práce přinesla, je šíření individuálních aktivit. Do jisté míry se toto zjištění dalo předvídat na základě opatření, které v té době přijala vláda, ale zajímavý je kontinuální trend šíření individuálních aktivit. Z výpovědí vzešel závěr, že pracovníci vyvážili poměr individuálních a skupinových aktivit. Což znamená, že pracovníci aktivizace do svého plánování aktivit zařadili aktivity, které senior může vykonávat sám, tedy není k tomu potřeba skupina.

Velkým tématem empirické části bakalářské práce jsou potřeby seniorů, které jsou rovněž popsány v teoretické části práce. Výsledky ukázaly, že v kontextu uspokojování potřeb se domovy pro seniory soustředily převážně na naplnění a uspokojení primárních potřeb. V průběhu pandemie bylo pro domovy přednější zajistit fyziologické potřeby a zajistit seniorům bezpečí před nákazou. Což znamenalo poskytnout seniorům jídlo, zajistit jejich ostatní základní potřeby a ochránit je před onemocněním, které pro mnohé mohlo skončit úmrtím. Co se však domovům nepovedlo, je zajištění vyšších potřeb. Senioři strádali v okruhu psychologických a sociálních potřeb. Senioři tedy pociťovali strach vůči šířícímu se viru a též nutnost seniory izolovat a tím je chránit, vedlo k nedostatku sociálního kontaktu, což vedlo k deprivaci sociálních kontaktů. Odpověď na tuto otázku se však u některých respondentů lišila. Přestože primárním cílem pro každý domov bylo zaopatření seniorů a uspokojení převážně jejich základních potřeb, z výpovědi jednoho domova vzešlo, že senioři nestrádali ani v rámci vyšších potřeb. Plyne z toho tak zajímavý podnět pro následné výzkumy, které se mohou pokusit najít odpověď na tuto diskrepanci, proč se některým domovům podařilo uspokojit i vyšší potřeby a některým domovům pouze základní. Z analýzy rozhovorů jsem dospěla k závěru, že odpověď na tuto otázku by mohla ležet ve velikosti domova pro seniory. Domov, kterému se podařilo uspokojit i vyšší

potřeby, byl počtem klientů menší než ostatní domovy. Pracovníkům se tak mohlo dařit se více věnovat individuálně svým klientům. Těž domov sám poukázal na to, že k seniorům byli pracovníci otevření a otevřeně s nimi o situaci hovořili. Jedná se však pouze o předběžné domněnky, které by popřípadě mohly budoucí výzkumy potvrdit nebo vyvrátit.

Práce se dále věnuje otázce, zdali byla zavedena nová aktivita v rámci aktivizace v době pandemie. Odpovědí bylo, že senioři začali více využívat technologie. Především v komunikaci s rodinou a k naplnění volného času. V mnoha domovech pracovníci uvedli, že si senioři vybudovali kladný vztah k moderním technologiím. Dokonce pracovníci uvedli, že se senioři přestali technologií bát. Toto tvrzení přímo odporuje s výsledky z výzkumu, který provedli autoři Goethals a kolektiv. Ti uvedli, že senioři nemají příliš v oblibě využívání moderních technologií a nemusí být v tom ani příliš zbláhli (Goethals et al., 2020). Aktivizační pracovníci uvedli, že zařadili v průběhu pandemie do plánu volnočasových aktivit i moderní technologie, jako jsou například virtuální svět nebo brýle pro virtuální realitu. Zde se tvoří prostor pro potenciální zkoumání, tedy zkoumání, jak nově zavedené aktivity vnímají senioři a jak se změnil jejich vztah k moderním technologiím.

Po zpracování bakalářské práce vidím několik nedostatků a limitů práce. V první řadě vidím nedostatek v neschopnosti se držet pouze tématu aktivizace při rozhovorech, což je něco, co jsem často v průběhu rozhovorů zaznamenala, kdy respondenti odbíhali od tématu a k položeným otázkám se vyjádřili stroze, popřípadě jednoslovně a mou neschopností bylo téma dodatečnými otázkami rozvést. Další limit, který jsem postřehla v průběhu vedení rozhovorů, je takový, že od začátku pandemie uběhlo již tři roky, takže ptát se na situaci retrospektivně se nemusí vždy povést získat všechny informace. Sama pracovnice z domovu F uvedla „*jednak se rychle zapomíná a jednak jsou to tři roky*“, takže by bývalo možné mnohem lepší provést výzkum přímo v době pandemie.

ZÁVĚR

Cílem práce bylo zjistit, jak pandemie Covid – 19 ovlivnila podobu volnočasových aktivit v domovech pro seniory. Pomocí rozhovorů s šesti pracovníky aktivizace byly získány data a následná analýza poskytla odpovědi na výzkumné otázky.

Teoretická část posloužila k představení základního rámce pro následný výzkum. Představila také okruh výzkumů, které byly na dané téma již provedeny. Informace z výzkumů posloužily jako základ toho, co je pro práci relevantní a na co se soustředit při rozhovorech. Teoretická část také představila základní pojmy, od kterých se následná analýza odpichovala.

Hlavním cílem práce bylo zjistit a popsat, jak pandemie Covid – 19 ovlivnila volnočasové aktivity v domovech pro seniory v Praze. Hlavní cíl byl doprovázen dílčími podcíli a pěti výzkumnými otázkami. Po provedení rozhovorů a analýze, přišla na řadu interpretace získaných dat.

Hlavní výzkumný cíl hledal odpověď na otázku, jak probíhaly volnočasové aktivity v době pandemie Covid – 19. Odpověď zněla, že aktivity probíhaly na pokojích a pouze individuálně. Byly zrušeny veškeré společenské aktivity jako reakce na nařízení vlády, která reagovala na šířící se virové onemocnění. Aktivizační pracovníci museli tak obcházet klienty samostatně na pokojích a provádět s nimi aktivizaci. Forma poskytování aktivizace byla velice omezená, jelikož bylo zapotřebí se řídit hygienickými požadavky, tedy nosit ochranné pomůcky, přes které byla komunikace velice obtížná. Další omezení spočívala v nedostatku personálu a časovém omezení, které měli pracovníci k dispozici, aby se věnovali klientům.

Další výzkumnou otázkou bylo, zda pandemie Covid – 19 přinesla něco pozitivního v rámci aktivizace. Odpovědí na tuto otázku bylo zlepšení a prohloubení vztahů. Jak už vztahů pracovníků s klienty, tak zlepšení vztahů mezi pracovníky.

Následný cíl si kladl otázku, které aktivity byly nejvíce změněny na základě členění aktivit podle autora Janiše. Ten aktivity dělí do pěti kategorií. Největší změnu zaznamenaly

aktivity společenské, protože musely být zcela zrušeny. Další druh aktivit, který musel být modifikován, byly aktivity s rodinou a pohybové aktivity. Aktivity s rodinou byly zprostředkovávány skrze technologie, tedy měly online podobu. Setkávání naživo mělo také velké omezení, kdy příbuzní mohli spolu komunikovat pouze skrze ochrannou bariéru. Pohybové aktivity měly také omezený režim, mohly být poskytovány pouze individuálně na pokojích nebo individuálně venku. Aktivity, které negativním změnám nepodlehly, byly aktivity v domácím prostředí a vzdělávací aktivity.

Další část výzkumu se věnovala potřebám seniorů a zdali byly jejich potřeby v době pandemie Covid – 19 naplněny. Odpověď na tuto otázku zněla, že ano, ale zaopatření všech potřeb se domovům nepovedlo. Domovy pro seniory potvrdily, že senioři byli zaopatřeni v rámci jejich základních potřeb, tedy spánek, jídlo a jiné. Ne všechny domovy se však shodly ve výpovědi, zdali byly uspokojeny i jejich psychosociální potřeby. Na jedné straně domovy vypověděly, že senioři vnímali a pociťovali deprivaci kvůli nedostatku sociálního kontaktu a též pociťovali strach, tedy jejich psychosociální potřeby nebyly naplněny. Na druhé straně jiný domov pro seniory potvrdil, že jak fyziologické, tak i psychosociální potřeby byly naplněny.

Na závěr se výzkum věnoval otázce, zda byla vymyšlena konkrétní nová aktivita a popřípadě, že ano, zdali byla zařazena do dnešního fungování aktivizace. Odpovědí bylo, že nová aktivita nebyla vymyšlena, ale aktivizační pracovníci do dnešní podoby aktivit začlenili více technologie, které právě začali více využívat v době pandemie. Jednalo se spíše o strukturální změnu aktiv než změnu v konkrétních aktivitách.

SUMMARY

The aim of the study was to investigate how the Covid - 19 pandemic affected the form of leisure activities in homes for the elderly. Using interviews with six activation workers, data was collected, and subsequent analysis provided answers to the research questions.

The theoretical section served to introduce the basic framework for the subsequent research. It also introduced the range of research that has already been conducted on the topic. The information from the research served as a basis for what was relevant to the thesis and what to focus on in the interviews. The theoretical section also introduced the basic concepts from which the subsequent analysis was drawn.

The main aim of the thesis was to identify and describe how the Covid - 19 pandemic affected leisure activities in homes for the elderly in Prague. The main objective was accompanied by sub-objectives and five research questions. After the interviews and analysis, it was time to interpret the data.

The main research objective sought an answer to the question of how leisure activities took place during the Covid - 19 pandemic. All social activities were canceled as a result of government regulations in response to the spread of the viral disease. As a result, activation workers had to go around the clients individually in the rooms and do activation with them. The form of provision of activation was very limited, as they had to follow hygiene requirements, i.e. wear protective equipment through which communication was very difficult. Other limitations were the lack of staff and the time available for staff to attend to clients.

The next research question was whether the Covid - 19 pandemic has brought anything positive in terms of activation. The answer to this question was the improvement and deepening of relationships. Both the already existing relationships of workers with clients and the improvement of relationships between workers.

A follow-up objective asked which activities were most changed based on the breakdown of activities by author Janis. He divides the activities into five categories. The social activities have seen the most change because they had to be completely eliminated. The next type of activities that had to be modified were activities with family and physical

activities. Activities with family were mediated through technology, i.e. they were online. Live meetings also had major limitations where relatives could only communicate with each other through a protective barrier. Physical activities were also limited and could only be provided individually in rooms or individually outdoors. Activities that were not subject to negative changes were activities in the home environment and educational activities.

The next part of the research looked at the needs of the elderly and whether their needs were met during the Covid - 19 pandemic. The answer to this question was that yes, but the homes failed to provide for all needs. The homes for the elderly confirmed that the elderly were provided for their basic needs, i.e. sleep, food, etc. However, not all homes agreed in their statements as to whether their psychosocial needs were also met. On the one hand, homes reported that seniors perceived and felt deprivation due to lack of social contact and also felt fear, i.e. their psychosocial needs were not met. On the other hand, another home for the elderly confirmed that both physiological and psychosocial needs were met.

Finally, the research addressed the question of whether a specific new activity had been devised and, if so, whether it had been included in the current functioning of the activation. The answer was that a new activity had not been invented, but that activation workers had incorporated more of the technology that they had just begun to use more during the pandemic into today's activities. This was a structural change to the assets rather than a specific activity.

Použitá literatura

1. BÍLKOVÁ, VERONIKA. 2020. Jak chránit seniory všese koronaviru? Ústav mezinárodních vztahů Praha [online]. Dostupné z: <https://www.iir.cz/jak-chranit-seniory-v-case-koronaviru>
2. BROOKE, Joanne a Debra JACKSON. *Older people and COVID-19: Isolation, risk and ageism*[online]. 2020. Dostupné z: doi:<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jocn.15274>
3. CRAWFORD, K., J. WALKER. *Social work with older people*. 2nd ed. Exeter: Learning Matters, 2008. ISBN 978-184-4451-555.
4. GOETHALS, Luc, BARTH, Nathalie, GUYOT, Jessica, HUPIN, David, CELARIER, Thomas and BONGUE, Bienvenu, 2020. Impact of Home Quarantine on Physical Activity Among Older Adults Living at Home During the COVID-19 Pandemic: Qualitative Interview Study. JMIR Publications [online]. 3(1). Dostupné z: <https://doi.org/10.2196/19007>
5. HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáři*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.
6. HAUKE, Marcela. *Pečovatelská služba a individuální plánování: praktický průvodce*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3849-9.
7. HEID, Allison, CARTWRIGHT, Francine et al. Challenges Experienced by Older People During the Initial Months of the COVID-19 Pandemic. 2021 *The Gerontologist* [online]. 61(1), 48-58. ISSN 0016-9013. Dostupné z: <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa138>
8. HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.
9. HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4697-5
10. HORECKÝ, Jiří a Alice ŠVEHLOVÁ. PANDEMIE COVIDU-19 A SOCIÁLNÍ SLUŽBY 2020–2021: Jaký byl dopad covidu-19 na sociální služby v České

- republice?. Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR [online]. 2021. Dostupné z:https://www.apsscr.cz/files/files/A4_FACT%20SHEETS%20PANDEMIE%20COVID-19.pdf
11. JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5535-9.
 12. KRÁLOVÁ, Jarmila a Eva RÁŽOVÁ. *Sociální služby a příspěvek na péči 2007*. Anag, 2007, ISBN 978- 80-7263-405-7
 13. MCGILTON, Katherine S., et al. Uncovering the devaluation of nursing home staff during COVID-19: are we fuelling the next health care crisis?. *Journal of the American Medical Directors Association*, 2020, 21.7: 962-965.
 14. MLÝNKOVÁ, Jana. *Péče o staré občany: učebnice pro obor sociální činnost*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3872-7.
 15. ONDRUŠOVÁ, J. *Sociální gerontologie a geriatric* [online]. Praha, 2017. Dostupné z: <https://www.htf.cuni.cz/HTF-103-version1-gerontologie7.pdf>
 16. POSPÍŠIL, Jiří, Helena POSPÍŠILOVÁ a Ludmila TROCHTOVÁ. *Katalog volnočasových aktivit verze 4.0.0: nástroj pro výzkum volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2018. ISBN 978-80-244-5399-6.
 17. SUBEDI, Madhusudan, PANT, Smriti, 2020. Impact of covid on the elderly. *Researchgate* [online]. Dostupné z: <https://www.nepjol.info/index.php/JPAHS/article/view/31104>
 18. SUCHÁ, Jitka, Iva JINDROVÁ a Běla HÁTLOVÁ. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3.
 19. ŠVARŤÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0. (str. 159-160)
 20. TRACHTOVÁ, Eva. *Potřeby nemocného v ošetrovatelském procesu*. 2. nezměn. vyd. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2001. ISBN 80-7013-324-4.

21. VÝROST, Jozef, Ivan SLAMĚNÍK a Eva SOLLÁROVÁ, ed. *Sociální psychologie: teorie, metody, aplikace*. Praha: Grada, 2019. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5775-9.

22. Zákon č. 108/2006 Sb. o sociálních službách

Seznam příloh

Příloha č. 1: Teze bakalářské práce

Projekt bakalářské práce

Jméno a příjmení studujícího: Emilie Dorčeva

Studijní program: Sociologie a sociální politika (BP_SOSP)

Předpokládaný název práce: Volnočasové aktivity pro seniory/ky v době pandemie – zkušenost poskytovatelů služeb

Předpokládaný název práce v angličtině: Leisure activities for the elderly during the pandemic – the experiences of social service providers

Klíčová slova: volnočasové aktivity, senioři, domov pro seniory, poskytovatelé služeb, pandemie Covid – 19

Klíčová slova v angličtině: leisure activities, retirement home, service providers, pandemic Covid - 19

Vedoucí práce: Mgr. Jiří Remr, Ph.D.

Námět práce

Stáří patří k přirozenému průběhu života. Péče o seniory je dnes na vyšší úrovni, a to především i tím, že se zlepšují sociální služby pro seniory. Péče o seniory je velice rozmanitá a zapadá do toho i například pobytové služby, a to především domy pro seniory. Domy pro seniory se řadí mezi dlouhodobé pobytové služby, které poskytují zdravotní a sociální péči lidem, kteří nejsou soběstační a nejsou schopni se o sebe již postarat a vyžadují péči ostatních¹.

Volnočasové aktivity, které vykonávají senioři, se moc neliší od aktivit, které vykonávají mladí lidé. Pouze se tyto aktivity přizpůsobují možnostem seniorů. Volnočasové aktivity, které jsou seniorům nabízeny a poskytovány, se liší na základě individuálních možnostech

¹ <https://www.diakonie.cz/sluzby/vsechny-sluzby/domovy-pro-seniory/>

seniorů. Mezi nejzákladnější aktivity patří pohybové aktivity, aktivity na cvičení paměti nebo třeba relaxační aktivity, jako je zahradničení a podobně. Pohybové aktivity jsou velice důležité, jelikož onemocnění pohyblivého aparátu patří mezi druhé nejčastější seniorské onemocnění, je důležité, aby si senioři díky pohybu zachovali svou nezávislost.² S příchodem pandemie zavedla vláda mnoho opatření, které se buď vztahovali na celou populaci anebo se vztahovali na konkrétní skupiny obyvatel. Senioři spadli do skupiny obyvatel, které zavedená opatření postihla nejvíce. Byly zakázány návštěvy v domovech pro seniory, takže senioři byli izolováni od vnějšího světa. Též forma jejich denních aktivit se změnila, jelikož se musel omezit nebo zamezit úplně styk s ostatními seniory, což vedlo k absolutní izolaci seniorů.³

To samozřejmě vedlo k tomu, že i sociální pracovníci se museli adaptovat na nově vzniklou situaci a vymyslet novou formu poskytování a organizování volnočasových aktivit. Volnočasové aktivity tak měly například online podobu a byly poskytovány skrze různé digitální technologie. Seniorům byly nabízeny například vzdělávací programy, které se odehrávaly ve virtuálním prostředí. To však přineslo jisté komplikace, jelikož online podoba je seniorům poměrně vzdálené téma.⁴

Cíl práce:

Cílem této práce bude zjistit úroveň kvality života seniorů a jaké aktivity byly seniorům v době pandemie nabízeny a poskytovány ze strany poskytovatelů služeb.

Teoretická část práce se bude zabývat popisem problematiky poskytování volnočasových služeb seniorům v době pandemie a následná praktická část se bude zabývat konkrétními zkušenostmi.

Cílem empirického šetření bude analyzovat vzdělávací a volnočasové aktivity v domovech seniorů v Praze (konkrétní domy ještě vybrané nemám, ale potencionálně bych si ráda vybrala dům pro seniory Sue Ryder v Praze. Důvod, proč bych se chtěla zabývat právě tímto domem, je takový, že v domově poskytují volnočasové aktivity převážně dobrovolníci, a tak by mohlo být zajímavé zkoumat, jak to bylo v době covidu, kdy se poskytovatelé služeb nemohli spolehnout na činnost dobrovolníků).

² HODAŇ, DOHNAL, 2008

³ BÍLKOVÁ, 2020

⁴ HAMBERGER, TOMÁŠ. Vzdělávání seniorů v době pandemie. *Institut pro politiku a společnost: Policy brief* [online]. 2021, 1-6. Dostupné z: <https://www.politikaspolecnost.cz/wp-content/uploads/2021/03/Vzděláván%C3%AD-seniorů-v-době-pandemie-IPPS.pdf>

Zaměřila bych se především na to, jak si sociální pracovníci poradili s tak nelehkou situací, jako je právě pandemie a s ní spojená všechna opatření. Jak na situaci reagovali a jak se případně adaptovali.

Důvod, proč bych se daným tématem chtěla zabývat, je takový, abych mohla zaplnit bílé místo o tom, jak probíhaly volnočasové aktivity v domovech pro seniory v době lockdownu. Budu se tedy zabývat tím, jaká byla v podstatě změna struktury volného času v době covidu, jelikož právě v době lockdownu byla potřeba zaplnit volný čas nějakými aktivitami mnohem větší, ale zároveň možnosti byly omezenější.

A přestože se jedná o téma, které se převážně váže na opatření v minulost, tak v rámci rozhovorů bude zajímavé se zaměřit na určitou reflexi těch zavedených opatření/aktivitách. Reflexe se bude týkat toho, jak poskytovatelé služeb vnímají zavedení nových typů aktivit, zda se některé aktivity osvědčily a jestli je pracovníci zakomponovali mezi standardní volnočasové aktivity, které nabízejí i nyní, když se omezení rozvolnili.

Předpokládané metody zpracování

K získání potřebných dat pro dosažení cíle této práce bude použita metoda rozhovorů jako metoda kvalitativního výzkumu. Co se týče vzorku, tak se bude jednat o hloubkové rozhovory, tudíž respondentů by mělo být v řádě jednotek. Rozhovory budou uskutečněny s poskytovateli služeb, tedy s pracovníky, kteří mají popřípadě volnočasové aktivity seniorů na starosti.

Etické souvislosti zvažovaného projektu

Realizace projektu by neměla být spojena s žádnými etickými riziky. Rozhovory se budou nahrávat pouze v případě, že respondent dá výslovný souhlas k pořízení nahrávky.

Orientační seznam literatury

1. BÍLKOVÁ, VERONIKA. 2020. Jak chránit seniory včase koronaviru? *Ústav mezinárodních vztahů Praha* [online]. Dostupné z: <https://www.iir.cz/jak-chranit-seniory-v-case-koronaviru>

2. HAYFLICK, Leonard. *Jak a proč stárneme*. Praha: Knižní klub, 1997. ISBN 80-85928-97-3.
3. HODAŇ, Bohuslav a Tomáš DOHNAL. *Rekreologie*. 2., upr. a rozš. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. ISBN 9788024421971.
4. KALVACH, Zdeněk. *Geriatricie a gerontologie*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.
5. MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních [sic] zařízeních*. Praha: Grada, 2011. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3148-3.
6. PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.
7. STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-71782-74-2.
8. ŠTILEC, Miroslav. *Pohybově-relaxační programy pro starší občany*. Praha: Univerzita Karlova, Nakladatelství Karolinum, 2003. ISBN 80-246-0788-3.
9. ŠTILEC, Miroslav. *Program aktivního stylu života pro seniory*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-920-8.
10. TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Brno: Computer Press, 2009. ISBN 978-80-251-2104-7.

Příloha č. 2: Souhlasný dokument o zpracování osobních údajů

Informovaný souhlas s výzkumným rozhovorem

Byl/a jste požádán/a o rozhovor v rámci sběru dat pro bakalářskou práci, která se zabývá změnami volnočasových aktivit domovech pro seniory vyvolaných pandemií Covid - 19. Autorkou této práce je Emilie Dorčeva, studentka 3. ročníku bakalářského studia, oboru Sociologie a sociální politiky na Karlově Univerzitě. Účast ve výzkumu formou rozhovoru je zcela dobrovolná.

S Vaším svolením bude tento rozhovor nahráván. Nahraný rozhovor bude přepsán a použit pro výzkumné účely. Získaná data budou anonymizována. K záznamu budu mít přístup pouze já a můj vedoucí práce Mgr. Jiří Remr, PhD.

Pokud souhlasíte s výše stanovenými podmínkami, prosím o podpis.

V dne:

Poznámka:

Příloha č. 3: Scénář rozhovoru

- 1- Jaký typ volnočasových aktivit nabízíte?
 - Otevírací otázka: slouží k rozpovídání respondenta

Nyní již otázky přímo týkající se pandemie:

- 2- Když přišly první opatření, jaké byly vaše první myšlenky, jakožto pracovníka/pracovnice aktivizačního programu?
- 3- Když se zavedly opatření, které aktivity se musely pozměnit nejvíce?
- 4- Mám tu jistou typologii volnočasových aktivit, která mě provází celou bakalářkou. U kterých z těchto aktivit nastaly největší změny? (typologie podle Janiše)
 - Vzdělávací aktivity
 - Pohybové aktivity
 - Aktivity s rodinou
 - Aktivity v domácím prostředí
 - Společenské aktivity
 - → respondent by u každé kategorie poukázat, jak se modifikovaly
- 5- Byly zavedeny nové aktivity?
 - 5.1. pokud ano, jaké?
 - 5.2. Jak jste tu změnu vnímal/a? Ty nově zavedené aktivity
 - 5.3. Nějaké nové zavedené volnočasové aktivity, které se vám osvědčily a zahrnuli jste je do dnešního fungování volného času?
- 6- Co pro vás bylo nejtěžší v té době jakožto pracovník/pracovnice aktivizace?
- 7- Bylo obtížné změnit některé ty aktivity, aby odpovídaly covidovým opatřením, ale stále naplňovaly funkci, kterou by měly?
- 8- Jak to přijímali senioři? Byla ta změna vítána? Nebo ne?
- 9- Jak se senioři cítili při covidu?
- 10- Jak se volnočasové aktivity osvědčily vám jako instituci, plnily ten daný účel?
- 11- Potýkali jste se s nějakými problémy? Co bylo nejobtížnější? (např. vymýšlení nových aktivit?)
- 12- Naplňovaly volnočasové aktivity v době pandemie oblasti potřeb seniorů? Měly ty aktivity potenciál nebo spíše náplň, aby uspokojily v tu chvíli seniory?
- 13- Přinesl covid něco pozitivního v rámci volnočasových aktivit?

A obecně volnočasové aktivity v době covidu – jaká to byla pro vás zkušenost? Mohl/a byste podat nějakou reflexi?