

TZ Dejme seniorům možnost se rozhodnout

Praha/Česká republika - Stereotypizace a stigmatizace seniorů. Jejich označení jako ohrožené skupiny. Rozhodování státu a společnosti za zcela svéprávné osoby. To jsou skutečnosti, které daly impulz ke spojení neziskových organizací a pod taktovkou projektu Společná řeč (Člověk v tísní) vznikla jednotná tisková zpráva a vzkaz (nejen) médiím. Organizace, které se na ní podílejí, poskytují seniorům různé druhy péče - od preventivní po pečovatelskou či ústavní. Stejně jako tyto služby jsou totiž různorodé potřeby a požadavky seniorů.

Uvědomujeme si, že daná problematika je složitá, a že na její řešení nelze aplikovat jednoduchá východiska (jakkoliv se o to snažíme). Chceme ale nabídnout náš pohled a zkušenosti, příběhy z praxe. V druhé části tiskové zprávy také vyjádření zúčastněných osob a kontakty na dané organizace.

Zhruba šedesát tisíc lidí žije v domovech pro seniory. Ještě větší masa lidí je od března prakticky nepřetržitě a z větší části nedobrovolně zavřená v zařízeních i bytech, bez možnosti volby. Bez toho, aby se jich někdo zeptal na jejich názor a potřeby. Bez prostoru k vlastnímu rozhodnutí. Většina z těch desetitisíců lidí je svéprávná. O svém životě si do jisté míry den co den desítky let rozhodovali sami. V minulých měsících ale dostali nálepku "ohrožená skupina" a společnost má zřejmě dojem, že ví, co je pro tuto skupinu nejlepší a co tihle svéprávní lidé chtějí. Stereotypizace a stigmatizace seniorů se tak letos více než kdy jindy ukázala jako problém, se kterým si společnost neví rady.

Senioři nemohou vycházet z domovů už prakticky od března letošního roku. Zákeřná nemoc je ohrožení, zároveň z ní ale vyplývá problém sociální izolace a samoty. Ve velkých zařízeních se nákaza může šířit rychleji. Potřebujeme se naučit, jak vybalancovat ochranu na jedné straně a potřebu sociálního kontaktu na straně druhé.

Ukázalo se, že velká zařízení nejsou řešení. Právě tam se totiž situaci dařilo zvládat o něco hůře z důvodu možného rychlejšího šíření nákazy.

"Neříkáme, že pandemie či postup současné vlády přímo může za problémy, o kterých teď chceme mluvit. Poslední měsíce je ale pomohly odhalit a, bohužel, je prohloubily," říká Kateřina Toholová z Nadace Krása pomoci.

"A není to jen aktuální problém, ale záležitost blízké budoucnosti. Všichni totiž pravděpodobně jednou budeme do téhle věkové skupiny patřit," dodává Hana Čepová z organizace Právě teď! o.p.s. Zjistili jsme také, že se jako společnost neumíme rozhodnout mezi ochranou versus samotou a strachem. Respektive tam, kde není černobílé vidění a jednoznačné řešení, jsme udělili tvrdý rozsudek.

Co člověk, to jiný příběh

Příběhy seniorů jsou stejně pestré jako příběhy lidí jiných věkových skupin. Senioři jsou mnohdy doma se svými partnery a řeší svoje soužití s nimi. Mohou mít pěkné vztahy, ale mohou být rozhádání se svými sourozenci nebo potomky, někteří se i roky nesetkali a trápí je

to. Mohou mít zdravotní či finanční problémy. To vše ale může potkat osmdesátiletého muže stejně jako pětadvacetiletou ženu. A také nemusí.

“Pamatuji si i na paní přes 70 let, která se nemohla srovnat s tím, že její 96ti-letou matku, o kterou se do té doby jako jediná ze tří sester starala, umístili do Domova pro seniory, a ji teď trápí pocity viny,” vysvětluje jedna ze zakladatelek Terapeutické linky Sluchátko Pavlína Strnadová a dokládá tak, že žena v seniorském věku může zažít stejnou situaci jako ženy o desítky let mladší.

Senioři jsou společností často vnímáni, jako jednoduše, homogenní skupina, což je zásadní nepochopení.

Zajímavý pohled na problémy, které pomohla odhalit pandemie, nabízí kaplanka Sue Ryder Eržika Frinková. *„Vnímám, že klienti i zaměstnanci přemýšlejí víc o svém životě, o své konečnosti a o tom, jaký to všechno má či nemá smysl. Vnímám, že daleko horší, než COVID 19, je pro ně sociální izolace. Někteří z nich by raději podstoupili riziko nakažení jenom proto, aby se setkali se svou rodinou. Onemocnění COVID 19 není tím nejhorším, co klienty Sue Ryder mohlo potkat a na rozdíl od nás je nevyvádí z míry,”* vysvětluje své zkušenosti kaplanka a nabízí tak nový pohled na věc. Lidé, které se teď snažíme chránit před nemocí, zažili a prožili řádění chřipek, války, nouzi i velké nejistoty. Mají za sebou cestu, kterou by někteří lidé v produktivním věku třeba dost těžko zvládli. A navíc - jejich vidina není tak dlouhodobá, důležitější jsou pro ně radosti každého dne než otázky dalších několika let.

Individuální a lidský přístup je důležitý

“Pan Jaroslav, ročník 1933, velmi špatně slyší a má jen zbytky zraku. Chce se starat o své věci, hodně přemýšlí a vzpomíná. Silně trpí zákazem návštěv, telefonování a Skype jsou pro něj nevhodné. Chybí mu kontakt s dcerami. Měl obavu, že si nestihne uspořádat svoje věci, měl potřebu před svátky poslat přání, dostat se na hřbitov. Proto jsme umožnili návštěvu nejdřív jedné a pak druhé dcery ve speciálním bezpečném režimu – pro všechny to hodně znamenalo. Pana Jaroslava to uklidnilo,” popisuje nedávnou zkušenost Kateřina Pivoňková z NADĚJE.

Je to případ se “šťastným koncem”, kdy uvědomění individuálních potřeb a požadavků převážilo nad pomyslným “házením do jednoho pytle”. Kdy se zaměstnanci zařízení pro seniory zvládli přizpůsobit aktuálním podmínkám ze strany státu i požadavkům konkrétního člověka. Našla se cesta, jak vyjít vstříc oběma stranám.

Proti tomu ale slyšíme o místech, kde pravděpodobně není čas, kapacita ani možnosti na individuální přístup.

“Snažila jsem se paní K. často psát i dopisy, ale teď má špatné brýle (prý spadly sestřičce na zem a zatím nejsou opravené), takže si dopis nepřečte a personál prý na to, aby se čtením pomohl, nemá čas. Takže teď už jen volám. Návrh na videohovory zatím paní zamítla. Je dost

posmutnělá a divně smířená se situací. Ani jídlo jí moc nechutná. Ani už asi nevěří, že se to někdy zlepší. Z chodby ji prý zahánějí, takže většinou leží ve svém malém pokojíku a občas kouká na televizi. Nebo spí. Tyhle zákazy mi neprijdou fěr, seniori se nemůžou bránit, nemají možnost volby, což mi přijde horší než riziko onemocnění,” vypovídá dobrovolnice Barbara.

Kde hledat východisko a pomoc pro lidi, které nechceme vyčlenit z “našeho světa”? Vtáhnout je do něj. Zapojit je. **Naučit je chodit ve světě, který se za jejich dlouhý život tak moc změnil.** A neoddělovat svět “nás” a “jejich”.

Jaká nabízíme řešení?

Možností je mnoho. Organizace Právě teď! o.p.s. nabízí využití techniky. “Máme klientku Marii, která žije se svým manželem v Praze. Oba jsou přes svá onemocnění velmi aktivní, mají koníčky, některé společné. Jarní covidová vlna je zasáhla v čase, kdy se těšili, že je budou moct vykonávat, jak zdraví dovolí. Místo toho ale přišly pocity izolace a frustrace doplněné o pocity strachu z neznámé nemoci,” popisuje příběh klientů Hana Čepová z Právě teď! o.p.s. Paní Marie našla pomoc v on-line živém večerním vysílání, které organizace spustila už v prvních týdnech po uzavření společnosti. Marie se tak mohla vidět se svými kamarádkami, které znala z akcí pro seniory, mohla s nimi sdílet své obavy a mohla si s nimi na dálku dát třeba i virtuální přípitek.

Telefonní linka Sluchátko nabízí zdarma konzultace z řad odborných psychologů. Jsou připraveni naslouchat, pomáhat, podporovat, povzbuzovat i doprovázet v těžkých a náročných chvílích. Někteří klienti jim čtou své básně, jiní vypráví o obrazech, které namalovali a nemají je komu ukázat, další potřebují podpořit po hádce s kamarádkou nebo si jen tak popovídat s někým, kdo pro ně má pochopení. Mít na telefonu v jedné osobě odborníka i “přítele” je účelem takové služby a také možnou pomocí z pojmenovaného problému.

Dalším z možných řešení a boje proti stigmatizaci může být také podpora **dobrovolnictví**. “Právě lidé zapojení do dobrovolnictví objevují v seniorech individuality. Vstupují do jedinečného příběhu jejich života a na vlastní oči „zahlédnou“ hodnotu každého seniora,” říká Hana Čadová z havířovského dobrovolnického centra patřícího pod Adru. Dobrovolníci z různých dobrovolnických organizací přináší svým klientům znovu pocit hodnoty a jedinečnosti.

Dejte jim možnost se rozhodnout

Přicházející vánoční čas spojený se setkáváním rodin bude pro většinu z nás letos náročnější než obvykle. A to hlavně kvůli potřebě dodržování přiměřených bezpečnostních opatření. Dejte vašemu blízkému v seniorském věku možnost a důvěru se rozhodnout. Uvítá bezpečnost a samotu nebo by se s vámi, za dodržení určitých pravidel, rád viděl? Apelujeme na rodinné příslušníky seniorů, aby raději než drahý dárek věnovali seniorům svůj čas a svou přítomnost.

Uvědomujeme si, že nelze nalézt jednoduché řešení a problematika není černobílá. Proto nabízíme naše různé úhly pohledu a rozdílné zkušenosti, ze kterých se dá čerpat a z nichž může vzejít celospolečenská debata na téma stereotypizace a stigmatizace seniorů. Aktivně nabízíme svou účast a zkušenosti k budoucí diskuzi.

Adra

AVPO

Maltéžská pomoc Olomouc

Nadace Krása pomoci

Naděje (Zlín)

Právě teď! o.p.s.

Sue Ryder

Terapeutická linka Sluchátko, z.ú.

TOTEM, z.s.

K tématu se vyjádřili:

Adra, Kateřina Havránková

Téma bezmoci seniorů v DpS se mnou rezonuje už dlouho. Domovy u nás se bojí dobrovolníky zapojit, návštěvy rodinných příslušníků jsou zakázány; zároveň ale vědí, že se psychický stav jejich klientů zhoršuje. Na druhé straně, jak jsem včera slyšela, domovy možná nezvládnou tlak s návštěvami příbuzných, testováním, další byrokracií.

Je potřeba na tento problém upozornit a mluvit o něm. A je potřeba je povzbudit a najít cestu ke svobodnému rozhodnutí seniora, které zároveň minimálně ohrozí zařízení.

Mnohé Domovy říkají, že jsou opravdovým „domovem“ pro svého klienta. „Doma“ se ale senioři mohou rozhodovat, zda půjdou ven nebo přijmou návštěvu.

Lucie Švabová, Maltéžská pomoc Olomouc

lucie.svabova@maltezskapomoc.cz, 731 619 695

Letošní rok byl velmi specifický z důvodu jarní a podzimní vlny pandemie a s tím spojený zákaz návštěv v zařízeních sociálních služeb a to nejen pro rodiny klientů, ale i pro dobrovolníky. V Maltéžské pomoci navštěvují dobrovolníci jak seniory v pobytových zařízeních, tak v domácnostech. Bylo nám velmi líto všech, kteří měli návštěvy zakázané. Je neuvěřitelné, že ani samotní senioři, kterých se tento zákaz osobně dotýká, nemohli nic dělat. Dobrovolníci dlouho čekali na svou službu, byli připraveni pomoci, neměli ale jak.

Telefonický kontakt je totiž pro hodně starších lidí nesrozumitelný. Napadlo nás, že jediné, co můžeme obecně pro seniory udělat je alespoň rozšířit počet těch seniorů, kteří jsou doma, ohroženi samotou, ale mají štěstí, je jim ponecháno právo svobodně o svých návštěvách rozhodnout. S pomocí pečovatelské služby se nám podařilo vytipovat klienty, kteří by z návštěv měli radost. Koordinátorka programu pak tyto seniory navštívila, následně představila dobrovolníky v jednotlivých domácnostech.

Pan Pavel, ročník 1933, řekl: "Nikdy by mě nenapadlo, že se v mém věku dočkám takových návštěv. Krásná slečna, která mě poslouchá a které já můžu říct všechno, co mě tíží. To bych přál každému, kdo ví, jaké je to být sám. Dřív jsem si někdy zašel do hospody, teď to nejde a já mám pocit, že je to strašně dávno, co jsem s někým normálně mluvil."

Paní Anna, ročník 1941: "Strašlivě mi chyběly bohoslužby. Vůbec jsem nevěděla, a ani bych to neuměla, že je možné vidět mého pana faráře na počítači. Dobrovolník mi to tady všechno nachystá a já jsem aspoň tak trochu na mši."

Paní Marie, ročník 1938: "Vánoce jsou pro mě strašně důležité, chci je mít nazdobené. teď nikam nemůžu jít, bojím se jít do obchodu. Dcera se taky bojí, taky nikam nechodí. Jsem ráda, že mám dobrovolníci. Všechno mi zajistila a pomohla s vánoční výzdobou. S ní snad budou Vánoce trochu normálnější."

Nadace Krása pomoci, Kateřina Toholová

pr@krasapomoci.cz, 721 480 916

Od začátku druhé vlny pandemie upozorňujeme na to, že izolace seniorů - uzavření domovů - není řešení, ale součást problému. Jak se zcela nepřekvapivě ukázalo, sociální izolace má negativní dopad na psychiku staršího člověka a tedy i na kvalitu a délku jeho života. Navíc je nefér, že jsme za zcela svéprávné osoby rozhodli my jako společnost. Jako bychom věděli, co je pro ně nejlepší, či dokázali rozsoudit, jestli raději podstoupí riziko nákazy a setkají se se svými blízkými nebo se uzavrou před nákazou i celým světem. Nemůžu se zbavit dojmu, že jsme seniory potrestali za to, že jsou starší a mohou být slabší.

NADĚJE, Kateřina Pivoňková

katerina.pivonkova@nadeje.cz 739 227 875

Toto téma přináší etická dilemata v našem každodenním rozhodování. V současné době např. při volbě mezi zpřístupněním návštěvy a ochranou před zavlečením nákazy do zařízení. Samozřejmě se jí bojíme. Když absolvujete měsíc péče o seniory nakažené a nemocné covid-19 v podmínkách domova se zvláštním režimem (domov pro lidi s Alzheimerovou chorobou a jinými druhy demence), tak se tomu opravdu chcete vyhnout. Je to na hraně únosnosti pro personál, který musí zastat spoustu práce navíc v kompletních ochranných prostředcích. Zároveň vím, že kdybych tu žila jako klientka, tak bych protestovala – proč se už tolik týdnů nemůžu jít projít? Proč si nemohu vzít respirátor, rukavice a třeba se venku s někým potkat? Klienti nemají kontakt s vnějším prostředím jinak než přes televizi. Ti, kteří mohou, sledují zprávy, chytají se každého neuváženého slova politiků. Vnímáme zákaz vycházení v domovech pro seniory jako nedostatek respektu, jako problém ve vnímání starých lidí jako homogenní skupiny.

Právě teď! o.p.s. Iveta Luxová, ředitelka a Hana Čepová

info@prave-ted-ops.cz, 603 852 715, 603 852 740

Opět se potvrzuje, že senioři nejsou jednodílnou skupinou. Nezávisle na věku, zdravotních obtížích atd., se velmi liší i jejich postoj k riziku nákazy. Někteří se bojí až extrémně, uzavřeli

se do bubliny, s nikým se nestýkají. Na druhé straně jsou zde ti, jejichž postoj je: uvědomuji si, přijímám, protože tohle není život...

Postoj seniorů bývá někdy v rozporu s pohledem jejich dětí a vnoučat, kteří se, byť v dobré víře a trochu alibisticky uchylují k paternalismu, z čehož vznikají komunikační problémy a různá pnutí.

Terapeutická linka Sluchátko, z.ú., Pavlína Strnadová

terapeutikalinka@gmail.com, 212 812 540

Jak víme z linky i svých praxí, příběhy seniorů jsou stejně pestré jako příběhy ostatních lidí. Senioři jsou mnohdy doma se svými partnery a řeší svoje soužití s nimi (nebo si někdo myslí, že partnerské vztahy od 65 let jsou všechny harmonické?), jsou někdy rozhádaní se svými sourozenci nebo potomky, někteří se i roky nesetkali a trápí je to. Takže to zdaleka není jen osamělost, co seniory trápí, a také to nejsou jen vztahy, ale i různé formy úzkostí a depresí a psychosomatických potíží, jako u ostatních věkových skupin.

Každý člověk je jedinečný ať je mladý či moudřejší, ale s věkem bychom neměli lidem upírat možnost rozhodovat se sám za sebe a nést za svá rozhodnutí odpovědnost, přestat respektovat individuální přání a potřeby. Co jednomu přináší radost, druhému starost a senioři si zaslouží nejen naši péči a ochranu, ale i možnost volby, svobodu a respekt.

TOTEM, z.s., Vlasta Faiferliková

faiferlikova@totemplzen.cz 736 489 755

Príspevek jedné naší seniorky (Jana B. viz níže), který mne inicioval ke změně postoje k aktivitám, které nabízíme seniorům. Na jaře jsme zavřeli všechny aktivity ze strachu, abychom neublížili... Ale! Senioři jsou zodpovědní sami k sobě a my nemáme právo jim nevěřit a rozhodovat za ně.

„Ahoj všichni, včerejší den byl pro naši rodinu slavnostní. Nejstarší vnuk Jakub ukončil bakalářské studium a 27. srpen 2020 byl pro něho dnem promočním. Na předání diplomu o ukončení studia na FEL ČVÚT katedra otevřené informatiky a kybernetiky jsme byli jako prarodiče také pozváni. Ale člověk miní a život mění a protože situace kolem COVID 19 je konkrétně v Praze nepříliš dobrá rozhodli jsme se s dědečkem Bystrouškem do Betlémské kaple, kde se promoce konala nejet. Rodina s námi souhlasila. Jsme totiž vzhledem k našemu zdravotnímu stavu rizikovou skupinou a nechtěli jsme způsobit problémy nejen sobě, ale i rodině a zdravotníkům, kteří by se v případě nákazy museli o nás starat. Nepatříme k těm lidem, kteří situaci zlehčují, podceňují a hlavně nošení roušek a další opatření berou jako ztrátu svobody!! Užili jsme si předávání diplomu formou živého vysílání přímo z Betlémské kaple, které umožnila sama fakulta. Děkujeme za tuto možnost a těšíme se za dva roky, kdy snad zákeřný vir koronavir bude již minulostí a Jakub ukončí magisterské studium.“

Z naší strany uděláme všechny možné kroky, abychom zajistili bezpečný prostor, ale trváme na tom, že rozhodnutí, zda přijít či nepřijít musí zůstat na každém, kdo služby TOTEMu využívá. Každý z nás je zodpovědný za to, jak a kde tráví svůj čas, každý by měl mít právo činit zodpovědná rozhodnutí.

Žádná volba není špatná, v této situaci je těžké se rozhodovat, co je bezpečné a co ne, ale každý by měl dělat tohle rozhodnutí sám za sebe. Každý z nás je jedinečný, každý má svůj životní příběh, své zdravotní komplikace, lidi, které chrání, ale také má každý právo se rozhodnout, a za svým rozhodnutím si stát.

Situaci kolem koronaviru považujeme za vážnou, ale nechceme se přidávat na stranu strachu, vyvolávání poslušnosti a plošných nařízeních.