

využíváme ho jako prostředek k potlačení nepříjemných pocitů. Nezajídáme však pouze nepříjemné emoce, i chvíle pohody či radosti mohou podněcovat ke konzumaci jídla pro umocnění pozitivního prožívání. V těchto situacích volíme především jídlo pro běžný jídelníček méně vhodné, jako jsou sladkosti či tučné potraviny, které mohou mít z dlouhodobého hlediska negativní dopad na naše zdraví. Zajídání nepříjemných pocitů (u někoho naopak restrikce příjmu potravy) i umocňování příjemných emocí jsou ve své podstatě naučeným a automatizovaným chováním. Toto chování nám sice přináší okamžité pozitivní důsledky (proto je také udržováno), nicméně pokud se jedná o naši jedinou či hlavní strategii zvládnání emocí, tak z dlouhodobého hlediska je pro nás neúčinné a přináší nám důsledky negativní (přejídání, přibírání tělesné hmotnosti, zdravotní komplikace). V případě zajídání pozitivních emocí je řešení možná o něco snazší. V této situaci hledáme alternativní pozitivní činnosti, které z dlouhodobého hlediska pro nás ne-

gativní důsledky nepřinášejí. Hledáme tedy příjemné aktivity, kterým se v těchto chvílích můžeme věnovat místo příjmu potravy. V případě zajídání nepříjemných pocitů musíme nejprve zjistit, o jakou emoci se jedná a co v tu chvíli vlastně potřebujeme, když to není jídlo. U každé negativní emoce může být naše potřeba trochu jiná. Například při pocitu osamění nám může pomoci přítomnost blízké osoby, ale při vzteku může a pravděpodobně bude naše potřeba úplně jiná. Práce se zajídáním pozitivních a negativních emocí vyžaduje tedy různé strategie, které ale vedou ke společnému cíli – rozvíjení zdravějšího vztahu k jídlu a zvládnání emocí bez závislosti na jídle jako na hlavním zdroji odměny či útěchy. Kognitivně-behaviorální terapie pro zvládnání emocí využívá například relaxační techniky, dechová cvičení či mindfulness. V prostředí sociálních služeb se s emocioním jedním můžeme setkat poměrně často. Faktory jako změna v prostředí, ztráta blízkého člověka, zdravotní komplikace či sociální izolace mohou vést ke změnám

v emočním prožívání, což může mít přímý vliv na stravování klientů.

Výživa i psychika jsou důležitými aspekty našeho života a mají k sobě blíže, než bychom možná čekali. Do stravování nás i našich klientů se promítá celá řada faktorů a pokud chceme k výživě přistupovat komplexně, tak na vliv naší psychiky bychom neměli zapomínat. Porozuměním tomu, jakým způsobem naše psychika ovlivňuje naše stravování, dokážeme zlepšit jak stravovací návyky, tak celkovou kvalitu života klientů v sociálních službách.

#### Literatura

- Praško, J. (2003). *Kognitivně behaviorální terapie psychických poruch*. Praha: Portál.
- Fairburn, C. G. (2008). *Cognitive behavior therapy and eating disorders*. New York: Guilford Press.
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond (2nd ed.)*. New York: Guilford Press.

## Kde chybí nejvíce zaměstnanců?

**V České republice chybí aktuálně zhruba 250–300 tisíc zaměstnanců, a to v různých oborech, zejména však v manuálních profesích. Lidé prioritně chybí v podpůrné administrativě, těžbě, veřejné správě, ale i v pohostinství nebo ve zdravotnictví. S dlouhodobou nejnižší nezaměstnaností v rámci celé Evropy představuje nedostatek jak vysoce, tak méně kvalifikovaných pracovníků zásadní problém českého trhu práce s dopady do českého hospodářství.**

#### Text: Ing. Jiří

Horecký, Ph.D., MSc., MBA,  
prezident Asociace poskytovatelů  
sociálních služeb, prezident European  
Ageing Network, předseda Global  
Ageing Network (2022–2023)

**N**edostatek pracovních sil netrápí pouze Českou republiku, ale celou Evropu, samozřejmě rozdílně dle států, regionů, ale i odvětví a profesí. Existuje v různých odvětvích a profesích na všech úrovních kvalifikace a očekává se jeho prohlubování. Předpokládá se, že bude přetrvávat jak v profesích s vysokou, tak s nízkou kvalifikací, a to v důsledku toho, že vznikají nová pracovní místa a také je třeba nahradit pracovníky, kteří odcházejí do důchodu.

Mezi nejvíce postižená odvětví v roce 2022 patří stavebnictví, zdravotnictví a STEM (věda, technologie, inženýrství a matematika), zejména ICT (informační a komunikační technologie). U některých profesí, jako jsou lékaři, zdravotní sestry, pečovatelé a řidiči, přispívají náročné pracovní podmínky nebo potíže při řízení

lidských zdrojů k tomu, že zaměstnavatelé mají problém udržet si stávající a přilákat nové pracovníky.

Tento nedostatek se pravděpodobně zvýší s předpokládaným poklesem počtu obyvatel v produktivním věku z 265 mil. v roce 2022 na 258 mil. v roce 2030.

#### ➤ Sektor dlouhodobé péče

**Nejhorší situace, které čelí de facto celý svět, je však v sektoru dlouhodobé péče, tj. v sociálních, zdravotních či sociálně-zdravotních službách zejména pro seniory.** Všechny rozvinuté země řeší v tomto směru stejný problém.

Mimo jiné sektor dlouhodobé péče patří v Evropě mezi nejvíce rostoucí. Za posledních cca 12 let zde vzniklo celkem 2 mil. nových pracovních míst a v Evropě nyní pracuje v sociálních službách na 11 mil. zaměstnanců, což představuje zhruba 5 % všech zaměstnanců (pro porovnání v zemědělství pracují celkem 2 % lidí). Podle odhadů Evropské komise v dokumentu EU CARE Strategy bude do r. 2050 potřeba dalších min. 1,6 mil. pracovníků.

V České republice není situace až tak alarmující jako v řadě dalších zemích. Podle průzkumu Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR chybělo v sociálních službách koncem roku 2023 celkem 3 000 zaměstnanců, což představuje necelá 3 % všech zaměstnanců. Situace ve světě je však minimálně alarmující.

V USA dle American Health Care Association zažívá tento sektor nejhorší personální krizi v oblasti zdravotnictví a sociálních služeb. Zatímco většina odvětví se vrátila na úroveň zaměstnanosti před pandemií, dlouhodobá péče se stále potýká s problémy. Jedním z důvodů je i mzdové ohodnocení, neboť v řadě případů si např. zaměstnanci Walmartu vydělají více než v sociálních službách. Deník Guardian hovoří dokonce o „katastrofální krizi nedostatku pracovníků v domovech pro seniory“.

A poptávka po těchto pracovnících se bude ještě zvětšovat. Podle federálního Úřadu pro zdravotnické zdroje a služby (Health Resources and Services Administration) se předpokládá, že celková poptávka po pracovnících v přímé péči vzroste v letech 2024 až 2036 o 42 %.

Problémy s najímáním a udržením dostatečného počtu pracovníků v pomáhajících profesích zaznávají i ze sousední **Kanady**. V provincii Ontario chybělo v loňském roce 50 tisíc pečovatelek a zdravotních sester zejména v domovech pro seniory. Nedostatek pracovníků v oblasti dlouhodobé péče

se bude prohlubovat v souvislosti se snahou vlády výrazně zvýšit počet domovů pro seniory a rovněž zvýšit objem přímé péče o obyvatele.

Nejiná je situace např. v **Austrálii**. Nedávno zveřejněné zprávy Committee for Economic Development of Australia (CEDA) hovoří o eskalující krizi nedostatku pracovníků v segmentu péče o seniory a zdvojnásobení počtu chybějících pracovníků.

Podle nové zprávy Výboru pro hospodářský rozvoj Austrálie (CEDA) je krize v oblasti péče o staré lidi v Austrálii horší, než se očekávalo, a jen v letošním roce bude v tomto odvětví chybět přibližně 35 tisíc pracovníků přímé péče o seniory. Zpráva prosazuje, aby byla upřednostněna opatření, která v krátkodobém horizontu posílí objem pracovní síly a zároveň budou přispívat ke zlepšování dlouhodobých výsledků. Mezi tato opatření patří např. zvyšování odměn, řízená dočasná nebo trvalá migrace kvalifikovaných pracovníků, usnadnění rekvalifikací pro osoby, které se vrací do odvětví aj.

Podobně je tomu ve **Velké Británii**. Sociální péče ve Spojeném království čelí krizi pracovních sil. Nízké platy, špatné pracovní podmínky a nejistota zaměstnání (ale i dopady Brexitu) vedly k tomu, že více než 100 tisíc pracovních pozic není obsazeno, což je počet, který dalece převyšuje mnoho jiných odvětví. Rostoucí poptávka po sociálních službách a stárnutí populace zapříčiní, že situace bude pravděpodobně ještě horší a v příštím desetiletí bude zapotřebí více než 400 tisíc dalších pracovních míst. V důsledku toho je toto odvětví stále více závislé na zahraničních pracovnících.

Velmi obdobná je situace např. i v **Německu**, které čelí před koncem tohoto de-

setiletí nastávající celostátní krizi v oblasti péče. Ukazuje to nedávná prognóza Iniciativy pro udržitelnou a mezigeneračně spravedlivou reformu péče.

Mnoho zařízení sociálních služeb není schopno obsadit volná místa, chybí personál – lůžka v domovech pro seniory zůstávají prázdná, ambulantní a pečovatelské služby musí odmítat žádosti klientů. Tato situace se může dále zhoršovat. Očekává se, že jen do roku 2030 bude v celé zemi potřeba dalších 100 tisíc úvazků, do konce roku 2040 pak 190 tisíc.

Nejhorší situace je vždy v hlavních a velkých městech. V Německu je nejhorší situace v Berlíně (obdobně jako v Praze). Právě zde se jeden domov pro seniory, který se v letošním roce potýkal s nedostatkem personálu, obrátil na policii a hasiče, protože jeho pracovníci nebyli schopni v nízkém počtu zajistit základní péči. Policisté a hasiči přijeli a zorganizovali pomoc pro obyvatele domova.

### ► Proč sociální služby čelí nedostatku pracovníků?

Jaké jsou hlavní důvody a příčiny, proč tato situace nastala? Touto otázkou se zabývaly všechny uvedené země, a i evropské či světové instituce, jako např. Evropská komise, Eurofound, OECD, WHO apod., se ve svých závěrech víceméně shodují.

**Jde o práci, která je fyzicky a psychicky náročná.** Tato náročnost je ještě znásobena aktuálním nedostatkem těchto pracovníků, tj. stejnou práci musí často vykonávat menší počet osob. Tím se bohužel zvyšuje i riziko úrazů či nemocí z povolání.

Dalším důvodem je **úroveň odměňování**. V téměř naprosté většině zemích světa je průměrný plat či mzda těchto pracovníků pod celostátním průměrem. A i když se si-

tuace v odměňování pomalu zlepšuje (v důsledku zvyšujícího se tlaku), stále není výše odměny hlavní motivací k tomu pracovat v sociálním sektoru.

**Mezi další důvody patří nízké, resp. nedostatečné společenské uznání neboli prestiž, nízké možnosti kariérního růstu, horší pracovní podmínky, vysoká administrativní zátěž, a některé země uvádějí i negativní dopady pandemie covidu-19.**

### ► Práce, která má smysl

Na druhou stranu je potřeba také zmínit, že jde o práci, která dává svým pracovníkům jiné než „finanční uspokojení“. Např. z celorepublikového průzkumu Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR z konce roku 2023 o spokojenosti zaměstnanců v sociálních službách mimo jiné vyplývá, že **96 % pracovníků je spokojeno se svojí prací**, 91 % z nich chce zůstat pracovat na své současné pracovní pozici a 88 % by svoji práci doporučilo svým přátelům či příbuzným.

Řada poskytovatelů sociálních služeb, tedy zaměstnavatelů v sociální péči, se snaží akcentovat právě pozitivní aspekty práce v sociálních službách. Jako např. Care in Kent ve Velké Británii: „Změňte něčí život k lepšímu, naučíte se novým dovednostem a získáte sebedůvěru, každý den je jiný, budete platným členem našeho týmu, bude to zábava.“

Ke zvýšení společenské prestiže se v České republice konalo několik mediálních kampaní – jako např. #muzemejepotřebovat (o potřebnosti sociálních služeb), #silnepribehy (o lidech pracujících v sociálních službách), ocenění Pečovatelka roku nebo i připravovaná kampaň Prahy ve spolupráci s Asociací. Ale stále lze dělat ještě víc.

# Ochránce zahájil sérii návštěv neregistrovaných zařízení sociálních služeb

■ **Text: Mgr. Hana Poláková,**  
Kancelář veřejného ochránce práv

**V** veřejný ochránce práv zahájil novou sérii návštěv ubytovacích zařízení poskytujících péči bez oprávnění (tzv. neregistrovaných zařízení pobytových sociálních služeb). Systematické návštěvy jsou prováděny v rámci působnosti tzv. národ-

niho preventivního mechanismu.<sup>1</sup> Jejich cílem je posílit ochranu osob omezených na svobodě před špatným zacházením a současně působit do budoucna a zvyšovat standard poskytování sociálních služeb.

Omezení osobní svobody může být dvojího druhu, a to na základě rozhodnutí veřejné moci, nebo v důsledku závislosti na poskytované péči, kam spadají právě

i zařízení sociálních služeb. Oprávnění vykonat návštěvu se vztahuje i na zařízení, která poskytují sociální službu bez oprávnění, tedy na neregistrovaná zařízení.

Ochránce již v minulosti navštěvoval neregistrovaná zařízení. Poslední ucelená série návštěv byla realizována mezi lety 2012 a 2014, během ní ochránce navštívil celkem 9 neregistrovaných zařízení pobytových sociálních služeb. Na základě těch-