

Návrh konceptualizace primární prevence pro hlavní město Praha

Témata/okruhy primární prevence hlavního města Prahy

1. Podpora neformálních pečujících

Aktivity zaměřené na prevenci rizikových jevů u neformálně pečujících:

a.) finanční

- dostatečná nabídka zkrácených (flexibilních úvazků)
- vzdělávání na udržení zaměstnatelnosti
- ocenění/ zvýhodnění zaměstnavatelů vstřícných nef. peč.

b.) fyzické a duševní zdraví:

- osvěta prevence syndromu vyhoření
- „vouchery“ na rekondiční služby pro pečující
- respitní péče pro pečované

c.) vztahy v rodině

- portály pro sendvičovou generaci
- kurzy na podporu vztahových kompetencí
- příležitosti neformálních setkání rodin

- osvětové aktivity
- poradenství

2. Podpora sladění osobního, rodinného a pracovního života

Aktivity zaměřené na prevenci rizikových jevů na straně:

a.) zaměstnavatelů:

- ocenění zaměstnavatelů, soutěže, audity
- poradenství pro zaměstnavatele i zaměstnance v oblasti
- osvětové aktivity (např. age management, atd.)
- kulaté stoly, předávání příkladů dobré praxe
- zařízení péče o děti (dětské skupiny)

b.) rodičů a neformálně pečujících:

- vzdělávání pomáhající udržovat zaměstnatelnost v období péče
- poradenství
- podpora neformálního setkávání rodičů na MD/RD
- podpora komunikačních dovedností rodičů
- coworking

3. Podpora komunitního života

Aktivity zaměřené na:

- volnočasové aktivity
- poradenství
- svépomocné skupiny
- kulaté stoly
- osvětové aktivity
- analýzy: např. dostupnost komunitních aktivit, zjištění poměru obytných objektů ke komerčním apod.

4. Podpora soudržnosti rodiny, rozvoje rodičovských kompetencí a mezigeneračních vztahů

Aktivity zaměřené na:

- vzdělávání rodičů (workshopy, semináře, tréninkové aktivity)
- volnočasové aktivity
- poradenské a rodinné mediační služby
- předporodní kurzy a přípravy
- asistence
- logopedie
- osvětové aktivity
- svépomocné skupiny
- posilování, podpora, rozvoj odpovědnosti (finanční, právní, zdravotní, komunitní)

Úvod

Rada hlavního města Prahy schválila dne 15. 2. 2021 dokument „**Základní směry prorodinné politiky na období 2021 – 2022**“¹, který je základním strategickým materiálem pro aplikaci rodinné politiky na území hlavního města Prahy na dané období.

Rodinu vnímá jako klíčovou společenskou hodnotu, kterou je třeba podporovat a respektovat. Role rodiny není plně nahraditelná žádným jiným subjektem. Prorodinná politika na území hlavního města Prahy proto ve své podstatě představuje souhrn aktivit a opatření realizovaných za účelem podpory rodiny a prevence problematických situací.²

Vizí je, aby Praha bylo město přátelské k rodinám, kde jsou rodiny oceňovány a podmínky pro spokojený rodinný život motivují k zakládání rodin.

Hlavní město Praha, obdobně jako ostatní kraje v České republice, je však v současné době postaveno před celou řadou sociálních a demografických změn, které mají významný vliv na rodiny, a proto stoupá význam podpory vytváření příznivých podmínek pro fungování rodin na regionální úrovni prostřednictvím adekvátních prorodinných opatření.

Důležitým principem pražské prorodinné politiky je proto prevence. Ta zahrnuje aktivity, jejichž cílem je předcházet pádu rodiny do dlouhodobé a akutní krizové situace, a to jednak obecnými preventivními programy a identifikací rizik, jednak včasnou intervencí a opatřeními na podporu rodiny a dětí tak, aby nedošlo k rozvoji ohrožení. Zároveň je však cílem pražské prorodinné politiky i zajištění takových služeb, které rodině pomohou vymanit se z krize, pokud se do ní dostane.³

Účelem tohoto „Návrhu konceptualizace primární prevence hlavního města Prahy“ je předložit hlavní témata a okruhy navržená odborníky a regionální platformou Praha, na které by bylo vhodné se zaměřit.

¹ *Základní směry prorodinné politiky hlavního města Prahy na období 2021-2022* [online]. MHMP, 2021 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:

https://socialni.praha.eu/jnp/cz/rodina/rodinna_politika/koncepce_rodinne_politiky/index.html

² *Základní směry prorodinné politiky hlavního města Prahy na období 2021-2022* [online]. MHMP, 2021 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:

https://socialni.praha.eu/jnp/cz/rodina/rodinna_politika/koncepce_rodinne_politiky/index.html

³ *Základní směry prorodinné politiky hlavního města Prahy na období 2021-2022* [online]. MHMP, 2021 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:

https://socialni.praha.eu/jnp/cz/rodina/rodinna_politika/koncepce_rodinne_politiky/index.html

Vymezení primární prevence z pohledu odborníků kraje a regionální platformy

1. Neformálně pečující

Z demografických studií a statistických dat vyplývá, že počet seniorů a dětí se bude v Praze v následujících desetiletích zvyšovat.⁴

K tomu, aby rodiny mohly maximálně participovat na péči o závislé členy, zejména křehké seniory a děti i dospělé se zdravotním znevýhodněním, je nezbytné na systémové úrovni posílit kapacitu terénních zdravotních i sociálních služeb, jakými jsou **odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby či raná péče**, a nabídnout rodinám **pomoc při koordinaci péče o závislého člena rodiny** včetně takových situací, jako je propouštění z nemocnice, zejména z lůžek následné péče. Síť sociálních, zdravotních a sociálně-zdravotních služeb musí být rozprostřena po celé Praze a s ohledem na místní potřeby dané různým demografickým složením obyvatel.⁵

Vzhledem k faktu, že na území Prahy jsou nejčtenějším typem domácností jednočlenné domácnosti (38,7 %),⁶ by mělo hlavní město věnovat **zvýšenou pozornost osamělým starším lidem nebo osamělým lidem se zdravotním znevýhodněním vyžadujícím péči**, jejichž rodiny se o ně musí starat distančně. Zvláště je důležité zmínit, že péče dopadá zpravidla více na ženy, jako primární pečující osoby, které zároveň mnohdy pečují i o děti. Jedná se o tzv. sendvičovou generaci⁷. Je potřeba vytvářet **hustou síť terénních a ambulantních služeb**, která ulehčí rodinám v péči o jejich blízké.⁸

Prevenici rizikových jevů neformálně pečujících lze zajistit realizací opatření uvedených v „Návrhu rozšíření koncepce rodinné politiky pro hlavní město Praha (na období 2020 – 2023)”⁹. Nad rámec těchto opatření by mohla být preventivní opatření zaměřena také na níže uvedené oblasti:

- a) **Finanční:** dostatečná nabídka zkrácených (i flexibilních) úvazků, vzdělávání pro udržení zaměstnatelnosti, zvýhodnění zaměstnavatelů, kteří zaměstnávají neformální pečující
- b) **Fyzické a duševní zdraví:** osvěta prevence syndromu vyhoření, "vouchery" na rekondiční služby pro pečující, respitní péče pro pečované

⁴ Návrh rozšíření koncepce rodinné politiky pro hlavní město Praha (na období 2020-2023) [online]. MPSV, 2020 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:

http://www.rodinyvkrajich.mpsv.cz/images/Návrhy_koncepc%C3%AD_NRKRP_HLM.pdf

⁵ Základní směry prorodinné politiky hlavního města Prahy na období 2021-2022 [online]. MHMP, 2021 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:

https://socialni.praha.eu/jnp/cz/rodina/rodinna_politika/koncepce_rodinne_politiky/index.html

⁶ ČSÚ – Životní podmínky pražských domácností – 2018 [online]. 2018. (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:

<https://www.czso.cz/csu/xa/zivotni-podminky-prazskych-domacnosti-v-roce-2018>

⁷ Fryč, V., Chmelová, M. a Adámková, P.: Neformální péče v teorii a praxi. Sborník odborných statí. Alfa Human Service, z. s. 2021.

⁸ Základní směry prorodinné politiky hlavního města Prahy na období 2021-2022 [online]. MHMP, 2021 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:

https://socialni.praha.eu/jnp/cz/rodina/rodinna_politika/koncepce_rodinne_politiky/index.html

⁹ Návrh rozšíření koncepce rodinné politiky pro hlavní město Praha (na období 2020-2023) [online]. MPSV, 2020 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:

http://www.rodinyvkrajich.mpsv.cz/images/Návrhy_koncepc%C3%AD_NRKRP_HLM.pdf

- c) **Vztahy v rodině:** portály pro sendvičovou generaci¹⁰, kurzy na podporu vztahových kompetencí pro neformálně pečující, příležitosti neformálních setkání rodin pečujících

Prevence bere v úvahu také **důležitost ocenění neplacené práce. Oceněním se totiž podporuje zdravé sebevědomí pečujícího a jeho motivovanost.** Příkladem ocenění, do nichž je možné nominovat neformální pečující a zaměstnavatele, je soutěž Ministerstva práce a sociálních věcí ČR „**Neformální pečující roku**“ a „**Zaměstnavatel přátelský neformálním pečujícím**“.

2. Podpora sladování osobního, rodinného a pracovního života

Primární prevenci v oblasti sladování práce a rodiny je vhodné vést směrem k rozšiřování vnímání **termínu „WORK-LIFE-BALANCE“** (dále jen „W-L-B“) **v jeho nejširší formě.** Konkrétně jde o vnímání **přesahu sladování nejen do rodinného života, ale širěji i do života osobního** – proto, že koncept důležitosti spokojeného osobního života nemá dopad jen do individuálních spokojenosti jedinců, ale i zpět do vztahu „**zaměstnavatel - efektivní a spokojený zaměstnanec**“ a i do širšího přesahu „**spokojený člověk ve spokojené společnosti**“. Jde o vytváření vzájemně vstřícného prostředí, ve kterém je uplatnění jedince v práci i v osobním životě bráno v potaz a vytvářeny takové podmínky, které jsou vstřícné, ale zároveň transparentní a nevytváří nerovnosti. Důležitost rozšíření konceptu „W-L-B“ i na osobní život je z pohledu rodinné politiky také výhodným, když spokojený osobní život vytváří podhoubí pro potenciálně spokojený rodinný život.¹¹

Primární prevence pak odráží nutnost:

- a) **Informovat zaměstnavatele o možnostech nastavení sladování osobního, rodinného a pracovního života v rámci svých personálních agend**
- Vhodné je zaměřit se na zaměstnavatele jak soukromé sféry, tak veřejné správy a samosprávy
- b) **Oceňovat příklady dobré praxe z veřejné správy a samosprávy, ale i zaměstnavatelů soukromého sektoru**
- Je důležitá další medializace nejen oceněných, ale i samotných účastníků se zaměstnavatelů např. v ocenění úřadu, který se tématu péče o zaměstnance bez ohledu na stereotypy věnuje (např. soutěž „Úřad na cestě k rovnosti“)¹²
 - Dalším příkladem dobré praxe může být zviditelňování interních politik a pozitivního přístupu k W-L-B jednotlivých úřadů a městských částí či účast v soutěžích zaměřených na podporu family friendly policies¹³ či auditů rovných příležitostí
- c) **Pravidelně informovat o možnostech sladování** např. o zákonných nárocích na možnosti úpravy pracovní doby, garance pracovního místa pro pečující, novinkách

¹⁰ Jeden z příkladů portálu pro sendvičovou generaci: www.sendvicovagenerace.cz

¹¹ *Návrh rozšíření koncepce rodinné politiky pro hlavní město Praha (na období 2020-2023) [online]. MPSV, 2020 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:*

http://www.rodinyvkrajich.mpsv.cz/images/Návrhy_koncepc%C3%AD_NRKRP_HLM.pdf

¹² Každý úřad veřejné správy by měl do své práce začlenit priority vlády při prosazování rovnosti žen a mužů, a to ve dvou základních směrech: dovnitř vlastního úřadu, tedy směrem k zaměstnancům a zaměstnankyním, ale i navenek vůči klientům veřejné správy

Zdroj: <https://www.mvcr.cz/clanek/soutez-urad-na-cestě-k-rovnosti.aspx>

¹³ Např. soutěž organizace Síť pro rodinu „Společnost přátelská rodině“ – www.familyfriendly.cz, www.sitprorodinu.cz

v oblasti podpory otcovské péče (dovnitř úřadu i navenek směrem k veřejnosti: zaměstnavatelským subjektům, ale i zvyšovat povědomí o ochraně zaměstnanců a zaměstnankyň)

- Konkrétně uspořádat sérii školení/informačních materiálů na následující témata:
 - **Management flexibilních forem práce** z pohledu vedoucích pracovníků
 - co a jak mohu, co a jak musím, co a jak se osvědčilo?
 - **Management mateřské a rodičovské**
 - kdy se s rodiči domlouvat, jak s nimi neztratit kontakt a jak se připravit na jejich návrat
 - **Nástroje podpory sladování a jejich inovace**
 - **Role otců ve sladování a nástroje na jejich podporu**
 - **Age management** a jak na něj jako na nástroj sladování

d) Využít možnost být „**ROLE MODELS**“ a být vzorem v zavádění opatření usnadňujících sladování, např. i vytvářením úřadů, které jsou vstřícné i rodině klientů a klientek, stejně tak jako rodině zaměstnanců a zaměstnankyň (přebalovací místa, bezbariérovost, koutek pro děti, papíry a hračky apod.)

e) **Zvyšovat uvědomění si důležitosti oblasti sladování v široké veřejnosti** a obzvláště v zaměstnanecké populaci Takto působit na sebevědomí zaměstnaných i v netypických povoláních o nichž se zatím směrem k flexibilitě a W-L-B neuvažovalo. Zároveň podpořit sebereflexi a vést ke změně ve smyslu vytváření si prostoru pro svůj osobní, rodinný i pracovní život v takové rovnováze, která individuím bude dávat smysl a bude vést k jejich spokojenosti.

- **Cíleně destereotypizovat vnímání rodiny a působit na rovné příležitosti žen/matek a mužů/otců ve vztahu k zaměstnavatelům i ke společnosti** (informování o tématu svobodné volby jako volby informované, bourání předsudků a uvědomění stereotypů a jejich dopadů do nerovného zacházení)
- **Působit na prevenci feminizace chudoby a znevýhodnění rodin samoživitelů a samoživitelek**
 - Budování informovanosti o výzvách, jimž samoživitelé čelí a vytvářet tak prostředí pro jejich pochopení a následnou podporu
 - Zvláště v krizových momentech je důležité vnímat nejvíce ohrožené skupiny velmi citlivě a dostávat jejich zájem do popředí (např. v případě pandemie)

3. Podpora komunitního života

Z pohledu prevence lze komunitu vnímat jako větší nebo menší počet lidí spojených nějakým společným poutem. Komunita je také důležitým aktérem prevence, kde člověk může získávat podporu, ocenění nebo praktickou pomoc v každodenním životě. V rámci podpory komunit je nutné zohledňovat také existenci menších komunit, které mohou existovat uvnitř větších.

Rozlišujeme několik typů komunit, ale pro tento materiál je významná tzv. „**sídelní komunita**“¹⁴ – komunita buď městské části nebo komunita „Pražanů“, kde nás spojuje společné obývání sociálně vymezeného fyzického prostoru. V tomto smyslu můžeme prevenci zaměřit na snahu **zlepšit kvalitu lidského života v daném prostoru městské části nebo celé Prahy nebo na snahu eliminovat sociální problémy typické pro danou lokalitu** (městkou část nebo

¹⁴ Hartl, P.: *Komunita občanská a komunita terapeutická*. Praha, Slon, 1997.

celou Prahu). Praha nebo městská část se stává domovem řady obyvatel – tzn. kdy sdílejí společný prostor, čas a potřeby, ale i hodnoty.

Komunitní práce se skládá z:

- Analyzování, předvídání a plánování
- Přímé práce s místními lidmi
- Propojování lidí a institucí:
 - Např. občany, místní úřady s místními zastupitelstvy, nestátní organizace, sociální partnery – podnikatele/zaměstnavatele, odbory a profesionální uskupení
 - Jedná se o oblast podpory jejich komunikace a jejich vztahů

Doporučené náměty na opatření pro podporu komunitního života jsou popsána v „Návrhu rozšíření koncepce rodinné politiky pro hlavní město Praha (na období 2020 – 2023)“¹⁵

Nad rámec těchto návrhů by eventuelně stálo za úvahu průběžně zjišťovat poměr obytných objektů ke komerčním. V oblastech, kde převažují komerční objekty, se hůře udržuje komunitní život. Také by bylo užitečné využít stávající místa, která si občané a rodiny „vybrali“ ke scházení a ta posilovat.

4. Podpora soudržnosti rodiny

Harmonickou či „zdravou“ rodinu lze považovat takovou rodinu, když se rodič dokáže podřídit potřebám dítěte, protože je za ně odpovědný, a když podobně odpovědný vztah k sobě mají i dospělí členové rodiny (nejen matka a otec, ale i rodiče a prarodiče aj.). Ve smyslu právním můžeme hovořit o tzv. rodičovské odpovědnosti (viz občanský zákoník).

Všem členům rodiny, dětem i dospělým, poskytuje rodina domov. Členové rodiny jsou partnery v komunikacích. V tomto smyslu sdílení/komunikování umožňuje sledování společných cílů, respektování společných hodnot (např. ve smyslu výchovy dětí aj.).

Rodina je často **schopna mobilizovat značné vnitřní, ale i vnější rezervy**, poskytovat svým členům **velkou podporu**. Rodina také svým členům nabízí **pocit bezpečného zázemí**.

Na druhé straně **může být i rodina zdrojem stresu**, např. rodičovská péče o malé dítě je velmi psychicky, ale i fyzicky náročná. Dospělí členové rodiny se musí stále učit jeden druhému přizpůsobovat, popř. přijímat kompromisy a tolerovat druhého člena rodiny. V tomto smyslu můžeme hovořit o úzkosti nebo o starostech.

Prevence rodiny ve smyslu soudržnosti může být zaměřena na následující oblasti:

Podpora rodičů v jejich rodičovské kompetenci

- Podpora rodičů ve zdravé výchově dětí (např. vnímání potřeb dětí s ohledem na jejich věk, systém trestání a oceňování dětí, citové pouto mezi rodičem/rodiči a dítětem, trávení společného času, efektivní komunikace mezi rodičem/rodiči a dítětem, sociální sítě a děti a rodičovská kontrola aj.)

¹⁵ *Návrh rozšíření koncepce rodinné politiky pro hlavní město Praha (na období 2020-2023) [online]. MPSV, 2020 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z: http://www.rodinyvkrajich.mpsv.cz/images/Návrhy_koncepc%C3%AD_NRKRP_HLM.pdf*

Podpora rodičů v rodičovské a partnerské komunikaci

- Možnosti nastavení komunikace mezi rodičem a dítětem, mezi sourozenci a mezi rodiči vzájemně jakožto základ řešení partnerských a rodičovských krizí

Podpora členů rodiny ve finanční soběstačnosti a v právním povědomí

- Zvyšování finanční gramotnosti v rodinách a výchova k finanční soběstačnosti, zvyšování povědomí v rámci právních vztahů a odpovědnosti

Podpora členů rodiny ve zdravém životním stylu

- Eliminace rizik spojených s nezdravým životním stylem členů rodiny

Podpora členů rodiny v mezigenerační soudržnosti

- Posilování vzájemného respektu a vnímání odlišných potřeb členů rodiny, podpora společných aktivit

Aktivity spojené s podporou soudržnosti rodiny:

- Poradenství a vzdělávání členů rodiny (workshopy, semináře, tréninkové aktivity)
- Osvětové aktivity (kampaně, letáky)
- Svépomocné či jiné skupiny
- Webový portál pro rodiny (místo/prostor, kde se budou sbíhat informace a doporučení, ale i kontakty na zařízení, na která se mohou členové rodiny dle problematiky obrátit)

Závěr

Praha je významnou metropolí a ekonomickým centrem České republiky. Kromě svého kulturního a hospodářského bohatství by měla být také městem, kde se dobře žije všem generacím. Péčí o vzájemné vztahy a prevencí se dá předejít rozpadu rodiny. Primární prevence začíná u jednotlivce a jeho vztahu k sobě samému a zaměřuje se tedy na podporu rozvoje zodpovědnosti. Od jednotlivce však pokračuje i k širším vztahům, jako jsou rodiny, komunity i mezigenerační vztahy.

Předložený materiál slouží jako inspirace pro další případné využití v rámci přípravy nových opatření rodinné politiky hlavního města Prahy a Ministerstva práce a sociálních věcí ČR.

Materiál je předkládán jako doporučení, neboť realizace rodinné politiky je výhradně v samostatné působnosti Magistrátu hl. m. Prahy, a je tedy na zástupcích samosprávy zvážít, které z případných námětů eventuálně zohlednit.

Použité zdroje a literatura

ČSÚ – Životní podmínky pražských domácností – 2018 [online]. 2018. (cit. 11. 2. 2022).
Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/xa/zivotni-pod-minky-prazskych-domacnosti-v-roce-2018>

Fryč, V., Chmelová, M. a Adámková, P.: *Neformální péče v teorii a praxi. Sborník odborných statí.* Alfa Human Service, z. s. 2021.

Hartl, P.: *Komunita občanská a komunita terapeutická.* Praha, Slon, 1997.

Koncepce rodinné politiky hlavního města Prahy 2009–2010 [online]. MHMP, 2009 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:
http://socialni.praha.eu/jnp/cz/rodina/rodinna_politika/koncepce_rodinne_politiky/index.html

Návrh implementace opatření pro hlavní město Praha (na období 2020-2023) [online]. MPSV, 2020 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:
http://www.rodinyvkrajich.mpsv.cz/images/Návrhy_koncepc%C3%AD_NRKRP_HLM.pdf

Návrh rozšíření koncepce rodinné politiky pro hlavní město Praha (na období 2020-2023) [online]. MPSV, 2020 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:
http://www.rodinyvkrajich.mpsv.cz/images/Návrhy_koncepc%C3%AD_NRKRP_HLM.pdf

Programové prohlášení Pirátské strany, hnutí Praha sobě a koalice TOP 09 a Starostové a nezávislí ve spolupráci s KDU-ČSL [online]. MHMP, 2018 (cit. 11. 2. 2022).
Dostupné z: https://www.praha.eu/file/2892031/programove_prohlaseni.pdf

Základní směry prorodinné politiky hlavního města Prahy na období 2021-2022 [online]. MHMP, 2021 (cit. 11. 2. 2022). Dostupné z:
https://socialni.praha.eu/jnp/cz/rodina/rodinna_politika/koncepce_rodinne_politiky/index.html