

Komunikace seniorů s novými technologiemi

Lenka Biječková

Diplomová práce
2013



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií


INSTITUT
MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ BRNO

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Institut mezioborových studií Brno
akademický rok: 2011/2012

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Lenka BIJEČKOVÁ**
Osobní číslo: **H118383**
Studijní program: **N 7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Komunikace seniorů s novými technologiemi**

Zásady pro vypracování:

Zadané a zvolené téma bude zpracováno podle pokynů obsažených v materiálu IMS Metodika psaní odborného textu a výzkum v sociálních vědách (IMS 2009). Případně podle dalších materiálů, z nichž některé jsou obsaženy v literatuře připojené k tomuto studijnímu textu. Zejména bude dbáno na dodržování zásad publikační etiky a pravidel společenskovedního výzkumu. Průběžné výsledky práce budou pravidelně konzultovány s vedoucím diplomové práce.

S vědomím těchto zásad a pravidel a po konzultaci s vedoucím bude práce zaměřena:

- na (zejména sociální) rizika pramenící z celosvětového trendu stárnutí populace;
- na hledání odpovědi na otázku, jak mohou nové komunikační technologie usnadnit integraci seniorů do společnosti;
- na možnosti sociální pedagogiky při nápravě současného stavu.

Součástí práce bude sociologický průzkum zaměřený na zjištění zájmu, možností a případných překážek seniorů při využívání nových technologií.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

Beneš, M., *Andragogika*. Praha: Grada Publishing, 2008, 136 s.

Gruss, P., *Perspektivy stárnutí z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál, 2009, 224 s.

Hayflick, L., *Jak a proč stárneme*. Praha: Knižní klub, 1997, 426 s.

Haškovcová, H., *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990, 407 s.

Klevetová, D., Dlabalová, I., *Motivační prvky pro seniory*. Praha: Grada Publishing, 2008, 208 s.

Lapáček, J., *Počítač pro seniory*. Brno: Computer Press, 2003, 198 s.

Mühlpachr, P., *Gerontopedagogika*. Brno: MU, 2009, 203 s.

Vedoucí diplomové práce:

PhDr. Mgr. Zdeněk Šigut, Ph.D.

Skupina managementu a ekonomiky


Datum zadání diplomové práce:

30. listopadu 2011

Termín odevzdání diplomové práce:

31. března 2013

V Brně dne 30. listopadu 2011


prof. PhDr. Pavel Mühlpachr, Ph.D.
vedoucí ústavu




PhDr. Miroslav Jůzl, Ph.D.
vedoucí katedry

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k prezenčnímu nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

LENKA BIJEČKOVÁ
.....
Jméno, příjmení studenta

V Brně 24. 2. 2012

.....
Podpis

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu, k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Práce se věnuje problematice vztahu seniorů k moderním technologiím. Je rozdělena do dvou bloků, z nichž jeden tvoří teoretická část a druhý část empirická. Teoretická část s využitím poznatků odborné literatury popisuje postavení seniora v současné společnosti, řeší problematiku stáří a stárnutí, vliv a význam moderních technologií v životě seniorů a specifika vzdělávání této věkové skupiny ve vztahu k výpočetní technice. V empirické části se prostřednictvím dotazníkového šetření dovídáme, jakým způsobem ovlivňuje sociální profil seniorů jejich vztah, schopnost osvojování a následného využívání moderních technologií a současně jaká forma získávání informací o daných technologiích je seniory považována za nejpřínosnější.

Klíčová slova:

Senior, postmoderní společnost, diskriminace, stáří, stárnutí, informační společnost, moderní technologie, motivace, bariéry, vzdělávání.

ABSTRACT

Work is dedicated to the senior relationship to modern technology. It is divided into two parts, one of which is theoretical and the other empirical. The theoretical part using knowledge literature describes the status of the elderly in contemporary society, addressing the issues of age and aging, influence and the importance of modern technology in the lives of seniors and the specifics of education in this age group in relation to computer technology. In the empirical part, through a questionnaire we can learn how social profile affects the relationship of seniors, the ability to acquire and subsequent use of modern technology and at the same time which form of obtaining information on relevant technologies is considered to be the most beneficial for seniors.

Keywords:

Senior, postmodern society, discrimination, age, aging, information society, modern technology, motivation, barriers, education.

Ráda bych poděkovala panu PhDr. Mgr. Zdeňku Šigutovi, Ph.D. za připomínky a cenné rady, které mi poskytl během psaní mé diplomové práce.

Děkuji také Mgr. Janu Říhovi, Ph.D. za trpělivou metodickou pomoc při zpracovávání výsledků dotazníkového šetření.

Poslední velký dík patří mé rodině za morální podporu a vstřícnost, kterou mi projevila při psaní této práce.

Prohlašuji, že odevzdaná verze diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD.....	8	
I	TEORETICKÁ ČÁST	10
1	PODSTATNÉ ZNAKY SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI.....	11
1.1	POSTMODERNÍ SPOLEČNOST	11
1.2	STÁRNOUCÍ SPOLEČNOST	15
1.3	INFORMAČNÍ SPOLEČNOST.....	17
1.4	POSTAVENÍ SENIORŮ V SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI.....	19
1.5	PROJEVY A RIZIKA OHROŽUJÍCÍ SENIORY	21
1.6	SHRnutí.....	24
2	PROBLEMATIKA STÁŘÍ A STÁRNUTÍ.....	26
2.1	STÁRNUTÍ, STÁŘÍ A JEHO ČLENĚNÍ.....	26
2.2	FYZIOLOGICKÉ STÁRNUTÍ.....	28
2.3	PSYCHICKÉ ZMĚNY VE STÁŘÍ.....	34
2.4	STÁŘÍ A INTELEKT	36
2.5	STÁŘÍ A PAMĚŤ	40
2.6	SHRnutí.....	43
3	MODERNÍ TECHNOLOGIE V ŽIVOTĚ SENIORŮ	44
3.1	INFORMAČNÍ GRAMOTNOST	45
3.2	INFORMAČNÍ PROPAST A SOCIÁLNÍ EXKLUZE.....	47
3.3	MOTIVACE K VYUŽÍVÁNÍ NOVÝCH TECHNOLOGIÍ	50
3.4	BARIÉRY PŘI PŘEKONÁVÁNÍ DIGITÁLNÍ PROPASTI	53
3.5	VYUŽITÍ ICT TECHNOLOGIÍ V PRAKTICKÉM ŽIVOTĚ	56
3.6	SHRnutí.....	62
4	VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ JAKO VÝHODNÁ INVESTICE	63
4.1	DŮLEŽITÉ POJMY	63
4.2	GERAGOGIKA	65
4.3	VÝZNAM A FUNKCE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....	67
4.4	DIDAKTICKÉ ZÁSADY EDUKACE SENIORŮ.....	69
4.5	ÚSKALÍ PŘI VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V OBLASTI VÝPOČETNÍ TECHNIKY	72
4.6	SHRnutí.....	75
II	PRAKTICKÁ ČÁST	76
5	METODIKA A MATERIÁL	77
5.1	ZKOUMANÝ SOUBOR	78
5.2	POUŽITÉ METODY	79
6	VÝSLEDKY A DISKUZE.....	81
ZÁVĚR	115	
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	117	
SEZNAM OBRÁZKŮ	124	
SEZNAM TABULEK.....	125	
SEZNAM PŘÍLOH.....	126	

ÚVOD

Tato práce se věnuje problematice vztahu seniorů k moderním technologiím, jejich postojům a podmínkám, které využívání těchto technologií ovlivňují, a současně zkoumá možné příčiny, v jejichž důsledku se senioři mohou cítit v určité oblasti společenského života sociálně vyloučení.

Cílem této práce bude zjistit, zda sledovaný sociální profil seniorů ovlivňuje vztah, schopnost osvojování a následného využívání moderních technologií. Současně vyhodnotí metody, které senioři spatřují jako nejvíce efektivní pro předávání informací vztahujících se k využívání těchto technologií.

Zpracování této tematiky mě zaujalo ze dvou důvodů. Prvním důvodem je osobní zkušenost, která je mi seniory v mém nejbližším okolí téměř každodenně zprostředkovávána a která i v tak omezeném rozsahu poskytuje zajímavý přehled velkých individuálních rozdílů. Druhým důvodem je pak skutečnost, že postavení seniorů a zejména jejich začleňování do většinové společnosti nejen v oblasti technologií, je vzhledem k probíhajícím demografickým změnám velmi aktuálním tématem. Toto tvrzení podporuje i fakt, že rok 2012, ve kterém tato práce začala vznikat, byl Evropskou unií vyhlášen jako Evropský rok stárnutí a mezigenerační solidarity.

Jak tedy vyplývá z tématu, práce je zaměřena na starší osoby, jejichž chronologický věk dosáhl určité hranice, díky které můžeme zástupce této věkové skupiny na základě společenských konvencí považovat za reprezentanty seniorské populace, bez ohledu na to, zda jde o osoby stále ekonomicky činné, či nikoliv. Tomuto příležitostně zvolenému souboru zkoumaných osob byl předkládán dotazník strukturovaný tak, aby na základě zaznamenaných odpovědí bylo možné provést odpovídající závěry a naplnit tak stanovené cíle práce.

Práce je rozdělena na dva bloky, z nichž jeden tvoří teoretická část a druhý část empirická. Teoretická část nejprve vymezí znaky současné společnosti obecně a následně v užším pojetí ve vztahu k seniorské populaci. Dále se zaměří na problematiku stárnutí a jejich vliv na kognitivní funkce a smyslové orgány. Třetí část nabídne náhled na moderní technologie a jejich využití v životě seniorů, s větším akcentem na ICT technologie a taktéž sociální souvislosti spojené s jejich zaváděním. Poslední kapitola pak nastíní význam vzdělávání dospělých a myšlenku celoživotního učení jako hlavní cíl a koncepci

vzdělávací politiky na všech úrovních, připomene některé zásady a formy edukace seniorů a upozorní na obvyklá úskalí při vzdělávání seniorů v oblasti výpočetní techniky.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 PODSTATNÉ ZNAKY SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI

Vymezení základních pojmů

Postmoderní

„Termín z konce 20. let 20. stol.; svého plného využití dosáhl až v 60. letech a násl.; obsah pojmu kontroverzní a nejasný; nejčastěji uplatňován k označení stavu společnosti nebo společenských věd, které uživatelé pojmu považují za chaotické, plné deziluze vznikající z úpadku tradičních hodnot, jež sami popírají.“ (Hartl, Hartlová, 2000, s. 442)

Informační společnost

„Je založena na individuálním myšlení, na vědeckém know-how, na rychlé výměně dat v sítích zpětné vazby a na praktické tvořivosti.“ (Hartl, Hartlová, 2000, s. 557)

Senior

Pojmenování senior vychází z latinského senex, senis, starý; druhý stupeň senior, starší. Má více významů (např. v terminologii sportovní nebo firemní). Termínem senior bude v následujícím textu označován jednotlivec, nacházející se v postproduktivním věku. Pro potřeby této práce je stanoven věk 60 let a více.

Vymezení zhruba odpovídá vyjádření gerontoložky Heleny Haškovcové (1989), podle které je možné na základě společenských konvencí, posílených zejména ekonomickými důvody, považovat za seniora takového jedince, jemuž v souvislosti s kalendářním věkem vznikl nárok na starobní důchod. To odpovídá i obecnému pohledu velké části společnosti, která s počátkem stáří spojuje ukončení pracovní kariéry a odchod do důchodu.

1.1 Postmoderní společnost

Jak už sám název vypovídá, současná postmoderní společnost se vyvinula ze společnosti moderní, přesněji řečeno její negací, v žádném případě ji ale nelze chápat jako její popření.

Někteří vnímají počátek moderní společnosti ve spojitosti s objevením Ameriky, koncem třicetileté války nebo jiným historicky významným mezníkem, všichni se ale shodnou, že začíná nejpozději s nástupem vědeckotechnické revoluce. Kromě průmyslového pokroku a jasných pravidel, majících vliv na stabilitu a řád, obohatila lidstvo i o výtobytky

v podobě všeobecného vzdělání, občanských svobod atd. Rozvíjející se průmysl kladl požadavky na pracovní sílu, která práci vnímala jako prostředek k získání určité životní úrovně a ta se tím stávala náplní i smyslem života. Lipovetsky (1998, s. 19) uvádí, že „Moderní doba byla posedlá výrobou a revolucí“.

Změny a s nimi spojený vývoj patří k běžným znakům každé společnosti. Pokud ale dochází ke změnám zásadním, k určitým zlomům, tak jak se tomu děje v současnosti, můžeme hovořit o konci jedné a počátku nové etapy. „To, co se nyní vynořuje, je nesporně zásadnější, závažnější a hlubší, než byla průmyslová revoluce... současnost nepředstavuje nic menšího, než druhý velký předěl v lidské historii.“ (Toffler, 1990, s. 21). Takto tedy vnímá konec modernity a nástup doby postmoderní.

To, že se jedná o dobu, pro kterou je mimo jiné typická pluralita názorů, je patrné už z jejího označení, které se u různých autorů liší. Pro názornost uvádím některé z nich: postkapitalistická společnost, společnost znalostí (Drucker, 1993); tekutá modernost (Bauman, 2002); individualizovaná společnost (Bauman, 2004); společnost ludická, hedonistická, informační společnost (Hubík, 1991) nebo společnost postmoderní (Lipovetsky, 1998) a mnoho jiných.

Stejně jako u modernity, ani u postmoderní doby není její počátek přesně vymezen. Různé prameny se liší zejména v souvislosti s prvním použitím tohoto pojmu. Nicméně na počátku 80. let se název dostává do slovníku odborné veřejnosti a stává se předmětem nesčetných diskuzí, sloužících k jasnému vymezení rozdílů mezi společností postmoderní a modernitou. Podle Hubíka (1991), není cílem postmoderní společnosti kritika modernity, ale spíše její dokončení jinými nástroji a jinou cestou.

Například **Lipovetsky** (1998) vidí jako typické rysy postmoderní společnosti masovou netečnost, bezcitnost, apatii a stagnaci. Nadšení z vědeckého a technologického pokroku ztrácí na intenzitě, neexistuje už politická ideologie, která by dokázala společnost uchvátit natolik, aby byla v jejím jménu schopna zmobilizovat své síly a prosadit změnu. Tato společnost žije přítomností a prahne po informacích a (sebe)vyjádření.

Pro její kulturu je pak charakteristický návrat k minulosti, k tradici, decentralizace, rozmanitost, senzitivita v ekologických otázkách, uvolněnost, respekt k odlišnostem, prosazování osobní nezávislosti a individualismus.

Zygmunt Bauman užívá pro označení postmoderní doby a procesů v ní probíhajících termín „tekutá modernost“. Přejedem z moderní do postmoderní doby dochází

k jakémusi „tavení“ či „zkapalňování“. Např. tradiční vazby nebo víra se díky pluralitě názorů, přístupů, individuálních svobod a osobní nezávislosti značně rozvolňují. „Síly způsobující tekutost se přesunuly od „systému“ ke společnosti, od politiky k „politice života“ – sestoupily z „makro“ úrovně na „mikro“ úroveň společenského soužití.“ (Bauman, 2002, s. 19)

Mezi základní koncepty modernity, jejichž změny zkoumá, Bauman (2002) zahrnuje:

1. úsilí o emancipaci,
2. myšlenku individualizace – autonomní rozhodnutí jedince být takovým, jakým chce,
3. představu pokroku a práce jako prostředku, jak ovládnout budoucnost,
4. oddělení času a prostoru,
5. národní stát.

Různí autoři, jako např. Pichanič (2004) nebo Mühlpachr (2011) nabízí pohled na jednotlivé znaky postmoderní společnosti tak, jak je vymezují postmoderní myslitelé, podle kterých je tato společnost:

permisivní – více otevřená, svobodnější, snášenlivá, s menším smyslem pro odpovědnost, rozšiřující hranice norem,

postmoralistní – jedinec v takovéto společnosti nevnímá morálku jako nejvyšší princip a hodnotu a tím pádem neočekává striktní dodržování etických norem ani od svého okolí,

ludická – hravá, nepřipouštějící si potíže, užívající si, povrchně přistupující k problémům, hra jako hodnota, převažuje nad prací jako hodnotou,

postheroická – s absencí skutečných vzorů a hrdinů, vytvářející umělé, virtuální idoly,

alibistická – vyhýbající se odpovědnosti, jedinec si je schopen ve svůj vlastní prospěch a pro svůj vlastní klid zdůvodnit a obhájit jakoukoliv skutečnost,

sekularizovaná – životní postoje jedinců nejsou formovány v duchu tradičních náboženských hodnot, dochází k útlumu vlivu náboženství. Vznikají různá hnutí a sekty, víra v Boha se mění ve víru v technologie,

hedonistická – prioritou je dosažení co největšího množství pozitivů s vynaložením co nejmenšího úsilí,

postedukační – zjednodušující důležitost a hodnotu tradičního konceptu výchovy a dávající přednost životním zkušenostem,

globální – společnost formovaná událostmi a společenskými vztahy na celosvětové úrovni a současně tyto události a vztahy formující. „Globalizace je světovým procesem, který činí svět, jeho ekonomické systémy, jeho národní společenství více uniformním, více integrovaným a více navzájem na sobě závislým.“ (Pichanič, 2004, s. 11)

Většina těchto charakteristik z ní v konečném důsledku činí **společnost konzumní**.

Slovo konzumní má v daných souvislostech mírně pejorativní význam. Konzum však nelze chápat pouze jako negativní jev. Aby mohla být společnost jako konzumní označena, musí v ní probíhat určité, na sobě vzájemně závislé jevy. Předpokladem konzumace je tedy dosažení jisté, ekonomicky podmíněné, životní úrovně. Zjednodušeně řečeno: pokud chci konzumovat, musím mít co konzumovat a musím mít za co tyto nabízené statky pořídit.

Podle Mühlpachra (2011, s. 9) „můžeme právem považovat za otce konzumní společnosti Henryho Forda. Aby mohl svá auta masově vyrábět, musel tu být konzument, který si je mohl koupit. Proto zvyšuje mzdu. Masová výroba – odpovídající příjem – masová spotřeba.“

Ve vztahu k ekonomice, přesněji řečeno k výrobě, lze tedy částečně chápat konzum jako pozitivní jev. I zde však platí ono částečně, protože velká část potřeb byla společností uměle vytvořena. Nejsou pravé, slouží k ovládnutí jedince a jeho manipulaci. Potlačují jeho individualitu a člověk se díky přesvědčení o nutnosti jejich uspokojování stává součástí masy.

Tento psychologický aspekt je významným negativním jevem konzumní společnosti. Důležitost uspokojovat své vlastní (pseudo)potřeby a dosahovat díky tomu maximálního množství požitků, logicky s vynaložením co nejmenšího úsilí, není už dávno jevem individuálním, ale celospolečenským. Lze ho vnímat jako jeden ze základních znaků naší civilizace.

1.2 Stárnoucí společnost

Prostřednictvím médií jsme pravidelně informováni o další závažné změně globálního charakteru, týkající se stárnutí populace. Navzdory evolučním teoriím nastává situace, která významně ovlivní fungování světových ekonomik a přispěje k rozmachu negativních sociálních jevů s tím souvisejících. Většinu společnosti bude tvořit skupina jedinců, která své poslání z pohledu biologického a reprodukčního již dávno naplnila (Schimany in Schirmacher, 2005).

Stárnutím populace z demografického hlediska vyjadřujeme stav, při němž dochází ke změně věkového složení obyvatelstva určité posuzované oblasti za předpokladu, že roste procento osob starších 65 let a snižuje se procento osob mladších 15 let. Na rozdíl od jedince, u něhož je proces stárnutí nevratný a probíhá nepřetržitě, tzn. od narození do smrti, stárnutí populace zpomalit lze. Předpokladem pro to je navyšování počtu zástupců mladé generace.

„To, zda je populace mladá či stárnoucí, závisí především na tom, kolik ženy porodí dětí.“ (Rabušic, 1995, s. 16)

Bohužel i tento vývoj zaznamenal zásadní změny od dob tradiční společnosti, kdy bylo plození dětí víceméně náplní celého produktivního věku. V moderní společnosti se tento trend začal omezovat. Jednak došlo ke snížení kojenecké a dětské úmrtnosti, ale současně se změnila celá struktura společnosti. Děti přestaly být pracovní silou a naopak se staly spotřebiteli investic. To vedlo k redukci porodnosti. Tento trend přetrvává až do současnosti.

Příčiny mohou být různé, důležité je, že se tento globální problém, jakým pokles porodnosti je, netýká pouze vyspělých, ale dnes už i méně vyspělých zemí.

A protože nízké počty dětí, jsou jedním z předpokladů proměn věkové struktury, mají v konečném důsledku dopad na stárnutí populace. (Rabušic, 1995)

Nastává nejvyšší čas provádět kroky a účinná opatření k tomu, abychom se vyrovnali s touto skutečností. Omlazení stárnoucí společnosti do té míry, aby přestalo být celosvětovým problémem, je nereálné. Úspěšné mohou být tedy pouze ty společnosti, které naučí své seniory stárnout a dokážou jejich skryté možnosti tvůrčím způsobem využít.

Realita je ale taková, že jsme se stali obětmi „Kultu mládí a krásy“. Neustálým snažením a hledáním všemožných prostředků, cest a metod, které by nám pomohly posunout hranice

stárnutí a prodloužily náš věk, jsme dospěli až do stádia, kdy stárnou celé národy. V důsledku toho je určujícím jevem pro dynamiku obyvatelstva umírání a nikoliv rození. Zprávy vycházející ze statistik, na základě kterých mají demografové možnost zveřejňovat údaje o hraničních hodnotách a rekordech, jsou taktéž čím dál častěji věnovány hodnotám týkajících se dlouhověkosti, než rekordní porodnosti.

Podle světových prognóz bude v roce 2050 jen v Číně žít tolik lidí ve věku nad šedesát pět let, kolik jich je dnes na celém světě. (Zengl, George in Schirrmacher, 2005)

„Podle demografické prognózy zpracované Českým statistickým úřadem bude v roce 2050 žít v České republice přibližně půl milionu občanů ve věku 85 a více let a téměř tři miliony osob starších 65 let (31,3 %).“

Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 (Kvalita života ve stáří). In: Ministerstvo práce a sociálních věcí [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 18:00]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/5045#is>

Country	(%)					
	2010			2050 (projection)		
	0-14 years	15-64	65 and over	0-14 years	15-64	65 and over
Japan	13.2	63.8	23.0	9.7	51.5	38.8
Korea, Rep. of	16.4	72.4	11.1	13.2	54.0	32.8
Italy	14.1	65.6	20.4	14.3	53.0	32.7
Germany	13.5	66.1	20.4	14.5	54.6	30.9
China	19.5	72.4	8.2	13.5	61.0	25.6
France	18.4	64.8	16.8	17.6	57.5	24.9
Canada	16.4	69.5	14.1	16.2	58.9	24.9
Sweden	16.5	65.2	18.2	17.3	58.1	24.6
U.K.	17.4	66.0	16.6	17.2	59.2	23.6
Russia	15.0	72.2	12.8	16.9	60.0	23.1
Brazil	25.5	67.5	7.0	14.7	62.8	22.5
U.S.A.	20.1	66.9	13.1	18.8	60.0	21.2
India	30.6	64.5	4.9	19.0	67.6	13.5

Source: Statistics Bureau, MIC; Ministry of Health, Labour and Welfare; United Nations.

Tabulka 1. Prognóza věkové struktury populace v jednotlivých zemích:

Zdroj: World Population Projection (2012)

1.3 Informační společnost

Pojem informační společnost slouží k označení společnosti, ve které je rozvoj, zavádění a využívání informačních a komunikačních technologií a systémů nedílnou součástí téměř všech oblastí společenského života.

Na úvod této části bych se ráda zmínila o rozvoji vzdělanosti v historickém kontextu. Ten můžeme posuzovat z různých hledisek. Pro potřeby této kapitoly se bude vhodné zaměřit především na prostředky, které sloužily jako převládající nástroje vzdělávání.

Za zlomový moment v historii vzdělávání lze označit vynález knihtisku. Z pohledu dnešního světa a neskutečně rychlého vývoje technologií, můžeme období využívání této původní technologie, odhadované zhruba na 500 let, považovat za úctyhodný výkon.

Knihy tedy patří, a doufejme, že i nadále budou patřit na seznam využívaných nástrojů vzdělávání. Nicméně ve dvacátém století se objevují nová elektronická média, rozhlas a televize, která svou povahou naplňují podmínky informačních a zároveň i vzdělávacích prostředků.

Současná společnost označovaná jako informační, se všemi svými inovačními technologiemi, už částečně překonává i tato, pro dnešní střední a starší generaci, tradiční média. Vývoj médií se dostal od tradičních kreseb, kamenů a hliněných tabulek k výše zmiňovanému vynálezu knihtisku, poté překonal rozmach rozhlasu a televize a pokračoval do současnosti k nástupu počítačů a internetu. Ani tady se ale vývoj nezastavuje a z původních informačních technologií, se z nich vzájemným propojováním stávají současně i technologie komunikační, označované jako ICT (z anglického Information and Communication Technologies).

Podle Petra Saka (2007) je význam a objem změn uskutečněných v oblasti informačních technologií za posledních dvacet let zásadnější, než všechny změny v oblasti informačních médií za celou historii lidstva. Nejenom člověk, ale celé společenské systémy a vůbec celá civilizace mění svou podobu tak, aby byla slučitelná s informačními a komunikačními technologiemi. Sociální a humánní stránka tohoto procesu je minimálně stejně tak významná, jako technická stránka komputelizace. V informatice „již nejde o počítače, ale o způsob života“. (Negroponte, 2001, s. 9)

„Komputerizace společnosti se promítá do všech oblastí, procesů a jevů a modifikuje je. Tyto proměny se však neodehrávají ve statické společnosti, souběžně s komputerizací

společnosti probíhají další společenské procesy a vzájemně se s komputelizací ovlivňují.“ (Petr Sak, 2007, s. 9)

Technických prostředků zprostředkovávajících spojení a přenos informací použila poprvé v historii armáda Spojených států. Rychlý rozvoj těchto technologií ale způsobil, že v nečekaně krátké době začala být využívána i v řadě jiných zemí, včetně zemí 3. světa. Pomalu tedy můžeme mluvit o celosvětovém pokrytí, při němž dochází ke globálnímu propojování systémů a kultur, které se setkávají ve virtuálním světě prostorově a časově neomezeném.

Vedle tradičních kultur vzniká kultura nová – kyberkultura. Ani tento pojem nebyl dosud jednoznačně vymezen a pojetí jednotlivých autorů se odlišují. Pro potřeby této práce, ji budeme chápat jako druh kultury, jejíž vznik a existence je spjat s rozvojem informačních a komunikačních technologií.

Charakteristické znaky kyberkultury:

- možnost uskutečňovat komunikaci každého s každým,
- rušení hranic států i kulturních systémů, je globální či planetární,
- významnou roli při seznamování jedince s touto kulturou hrají počítačové hry,
- technizuje lidské jednání a prožívání (zabití člověka je pouze technický problém a dovednost, která není spojena s emocemi),
- národní a kulturní identita se mění na identitu užívanou v kyberprostoru (např. net generation),
- virtuální realita se oprošťuje od sociálně normativních systémů,
- život v kyberprostoru vytváří příbuznost ke změnám vědomí, způsobených požitím drog. Existuje i její označení jako kultury „sdílené halucinace“,
- má vlastní časoprostor, který je odlišný od časoprostoru přirozeného světa,
- zpochybňuje normalitu přirozeného světa,
- je demokratická ve smyslu opomíjení fyzických a sociálně statusových charakteristik. (Petr Sak, 2007)

Rozvoj a využívání informačních technologií se v rámci celé populace neustále rozvíjí a jejich význam se tím stále zvětšuje. Současně roste i gramotnost a kvalifikace jedinců, rozšiřují se možnosti a místa, ze kterých můžeme do kyberprostoru vstupovat

a v návaznosti na tato fakta, se zvětšuje i počet uživatelů těchto technologií. Využívání počítačů bez připojení k internetu je už téměř minulostí. Díky síťovému propojení významně narůstají i možnosti činností, které může jedinec prostřednictvím komputery realizovat.

Tato, tzv. 3. komunikační revoluce (po vzniku písma a vynálezu knihtisku), se v současné době dotýká prakticky celého spektra lidských činností a její prostředky se staly pro náš život naprosto nepostradatelnými pomocníky. Bez ICT si dnes nedovedeme představit fungování úřadů, zábavního průmyslu, médií, kulturních institucí, průmyslové výroby, ale hlavně životně důležitých odvětví společnosti jako jsou zdravotnictví, zásobování, doprava, policie nebo armáda.

Potenciál využívání informačních technologií je v informační společnosti téměř neomezený. Z pohledu jedince přináší lidem na jedné straně nové možnosti při uplatňování jejich tvůrčích schopností, získávání informací, rozšiřování vzdělání a kvalifikace, vytváření zájmových sociálních skupin atd. Současně usnadňují styk s orgány státní a veřejné správy, urychlují jednání a eliminují nejasnosti, které mohou vzniknout např. chybným dekódováním informací při verbální komunikaci. Využívání ICT technologií podporuje snahu přiblížit tyto instituce občanům.

Na straně druhé může docházet k informační propasti mezi jedinci kvalifikovanými a jedinci počítačově negramotnými. Ti mohou důsledky pramenící z této nerovnosti vnímat jako diskriminaci. V neposlední řadě je potřeba zmínit i rizika informační kriminality, která se rozmáhá ruku v ruce s rozvojem nových technologií. V souladu s ochranou lidských práv a svobod je potřeba na tato rizika pružně reagovat a legislativně je ošetřit.

1.4 Postavení seniorů v současné společnosti

V tradiční společnosti bylo na seniory pohlíženo jako na moudré. Takovýto přístup obvykle vyplýval z jejich celoživotních zkušeností. Umocňovala ho skutečnost, že standardní v té době bylo vícegenerační soužití, zemědělské hospodářství nebo živnosti předávající se z pokolení na pokolení. Na člověka s letitou zkušeností, pak bylo automaticky pohlíženo jako na autoritu.

Změna v tomto pojetí nastala s rozvojem industrializace, kdy se mladí lidé začali stěhovat za prací do měst. Rozmach nových technologií, jdoucí ruku v ruce s podporou vzdělávání

a gramotnosti, narušil koncept tradičního pohledu na starou populaci, jako na šířitele vědění, založeného na zkušenostech. Dalším jevem spojeným s urbanizací bylo narušení klasického rodinného uspořádání (vícegeneračního soužití) a začalo docházet k rozšiřování modelů nukleární rodiny. Nejen změny v rodinném soužití, v hodnotové orientaci, ale i změny životního stylu, měly za následek snižování zájmu o staré osoby ze strany mladé generace. Všechny tyto fakty vedly k oslabení sociálního statutu starších osob a celkové změně ve vnímání a postoji k těmto lidem.

V konečné podobě docházelo ke snížení respektu vůči starým osobám a pohledu na ně jako na osoby bezmocné, nemohoucí, nepotřebné a závislé nebo v lepším případě jako na osoby, o které je třeba pečovat a které si zaslouží naši pomoc.

Tento nadřazený přístup je patrný i v dnešní společnosti.

Bez přihlédnutí k individuálním vlastnostem, postojům, schopnostem, názorům a především aktivitám každého seniora, má dnešní společnost tendence vnímat tuto skupinu univerzálně. K tomu vydatně přispívají i média, která zejména v souvislosti s řešením současné krize často poukazují na vážnost až bezvýchodnost situace, především po stránce ekonomické, kterou tento „problém“ vyvolává.

Nazývání tohoto sociologického jevu problémem, je už samo o sobě zavádějící. Vychází snad z definice, podle níž můžeme za sociální problém označit takovou skutečnost, kterou jako problém vnímá významná část lidí?

Senior může tedy tlak plynoucí z postojů společnosti vůči své sociální skupině vnímat jako diskriminaci. Rigidnost společenských postojů, vztahujících se k očekávání spojených s výkonem role „senior“ je zjevná. Jediné co se od seniora očekává, je odchod do důchodu a uvolnění pracovního místa mladším.

Psycholog Pavel Říčan v této souvislosti navrhuje změnu sousloví z používaného „odchod do důchodu“, na pozitivněji laděné „vstup do důchodu“, které naznačuje začátek něčeho nového. (Říčan in Rabušic, 1995)

Je tedy aktuální zaujmout nový postoj a usnadnit vstup seniorům do jejich další životní fáze. Naučit je aktivně stárnout, vnímat toto období jako novou příležitost k rozvoji jejich vlastních zájmů a aktivit, na které v době předešlé nebyl čas. Poskytovat jim možnosti uplatnění a smysluplného trávení volného času, programy sloužící k dalšímu sebevzdělávání a získávání nových zkušeností.

Příprava na aktivní a kvalitní život ve stáří však předpokládá i jistý koncept a především zodpovědnost samotného jednotlivce. Takováto vize je v souladu s koncepcí sociální politiky.

Postoje ke starým lidem se mohou v různých kulturách lišit, společná pro všechny je ale nutnost efektivně řešit otázky a problémy, které s sebou jev označovaný jako stárnutí populace nese. Jeho význam už dávno překonal hranice konkrétních zemí a stal se záležitostí mezinárodní.

Světové organizace stanovily základní body strategie řešení této situace.

K mezinárodním prioritám patří především:

- důsledná integrace seniorů do společnosti, prevence segregace,
- mezigenerační tolerance s vyloučením ageismu, věkové diskriminace (ageismus od anglického age = věk),
- důraz na kvalitu života ve stáří,
- zlepšování zdravotního, funkčního a sociálního stavu ve stáří účinnými programy přípravy na stáří,
- maximální účelnost všech forem péče, služeb a čerpání nákladů, včetně restrukturalizace a geriatrické modifikace služeb historicky vzniklých v „mladé“ společnosti,
- pomoc rozvojovým zemím ve zvládnutí očekávaného rychlého přibývání seniorů, kteří dosud tvoří jen kolem 3% místní populace (Kalvach a kol., 1997, s. 10)

1.5 Projevy a rizika ohrožující seniory

Jak už bylo řečeno výše, seniorská populace není homogenní skupinou a je proto potřeba ji i takto vnímat. Pohled na seniory bývá mediálně zkreslen už z toho důvodu, že nejvíce informací o této skupině dostáváme obvykle v souvislosti s ekonomickým a sociálním zatížením, které stárnutí populace provází.

Pro efektivní využití potenciálu jednotlivých seniorů a jejich začleňování do společnosti je nezbytné nahlížet na každého z nich individuálně, jako na autonomní, jedinečnou osobnost, která má svá práva, potřeby a zájmy.

Jedině tak budeme schopni eliminovat rizika, která tuto sociální skupinu ohrožují. Výčet těchto negativních projevů uvádí Mühlpachr (2004):

- **pauperizace** – snižování ekonomické úrovně, které se může projevit neschopností uspokojovat potřeby odpovídající standardům konkrétní společnosti, což ve svém důsledku může jedinec vnímat jako upírání možnosti účastnit se běžných aktivit veřejného a kulturního života a tím i snižování kvality jeho života. V krajních případech může pauperizace ovlivnit jedince natolik významně, že nebude schopen uspokojovat ani své primární potřeby,
- **sociální exkluze, segregace, nedobrovolné vyloučení na okraj společnosti** – týká se marginalizovaných skupin, za které můžeme seniory v současnosti považovat. Důvody vyloučení mohou být různé, např. penzionování, špatná ekonomická situace atd.,
- **generační intolerance** – neschopnost a neochota respektovat příslušníky jiné generace, jejich přání, nároky, požadavky a potřeby,
- **předsudky a stereotypy** – podceňování schopností seniorů a přeceňování projevů stárnutí jako jasných ukazatelů degradace osobnosti a intelektu,
- **podceňování zdravotních obtíží** a nedostatečné přizpůsobování podmínek a služeb usnadňujících optimalizaci problému,
- **maladaptace na stáří** – nepřipravenost některých seniorů na odchod do penze, který bývá spojen se ztrátou statusu, změnou sociálních rolí. Sebepojetí seniora, který nemá vizi aktivního stárnutí a vnímá se očima společnosti, která z části na tyto jedince nahlíží jako na nepotřebné, může vést ke ztrátě psychické rovnováhy, až ztrátě smyslu života,
- **osamělost** – je častým negativním jevem spojovaným s obdobím stáří, ať už z důvodu ovdovění nebo absence modelu vícegeneračního soužití,
- **vyšší nemocnost** – polymorbidita a z ní plynoucí nejednoznačný průběh chorob, který může vést k chybné nebo obtížně stanovitelné diagnóze,
- **zvýšené riziko ztráty soběstačnosti** – důvodem mohou být různá onemocnění nebo částečné úbytky funkcí a schopností, které mohou osaměle žijícího jedince třeba v kombinaci se špatnou dostupností služeb učinit nesoběstačným,
- **pokles schopností a vůle signalizovat své potřeby a potíže** – může být spojen s nemohoucností a následnou rezignací, nechutí svou situaci měnit, někoho

obtěžovat nebo nedůvěrou v ochotu okolí na tyto signály reagovat a do řešení problémů se zapojit,

- **manipulování, ztráta rozhodovacích možností** – podceňování kognitivních schopností a vytváření tlaku na seniora s odkazem na jeho budoucí potřeby, vyžadující účast a pomoc okolí,
- **zanedbávání a týrání nesoběstačných jedinců** – jde patologický jev, který je v současné době ošetřen paragrafem 215, trestního zákona. Trestným činem se podle tohoto zákona rozumí týrání tělesné, citové, psychické, zneužívání sexuální, finanční a majetkové, zanedbání péče, systémové ponižování a některé nežádoucí formy ošetřování,
- **rychlý vývoj společnosti** – horší orientace, nedostatek příležitostí pro seniory na nové proměny reagovat. Dochází k prudkému nárůstu nových technologií, vznikají nové aktivity, nové terminologie, mění se společenské normy, společenská tabu atd.

Tato rizika a projevy uváděné Mühlpachrem můžeme doplnit i o další pojem, kterým je:

- **ageismus** – (age – věk) diskriminace spojená s věkem a projevující se neúctou zástupců jedné věkové skupiny k hodnotám jiné věkové skupiny.

1.6 Shrnutí

Jaká je současná společnost? V každém případě je to společnost jiná, než společnosti předcházející. Jsou to především její typické znaky a nově vznikající jevy, které ji odlišují od společností dřívějších. Jelikož ale působení takových jevů probíhá v synergii s celkovým vývojem společnosti, nelze je jednoznačně označovat jako pozitivní nebo negativní.

Jedním z hojně diskutovaných jevů současné, postmoderní společnosti je i problematika stárnutí populace, při níž dochází ke změně věkového složení obyvatelstva a která vznikla jako důsledek plynulých a zásadních změn, probíhajících od dob tradiční společnosti. V současnosti už hovoříme o globálním problému a potřeba nalezení nástrojů, které pomohou následky tohoto fenoménu zmírnit, se stává jednou z hlavních priorit téměř všech společností.

Někteří z postmoderních myslitelů vymezují dnešní společnost jako společnost informační. Tedy společnost, ve které rozvoj, zavádění a využívání informačních a komunikačních technologií zasáhl téměř všechny oblasti společenského života, opět se všemi neoddiskutovatelnými klady a zápory, které tento trend přináší.

Automaticky se nabízí otázka: „Jaké je postavení jedince (v kontextu této práce seniora) v současné společnosti?“ Odpověď zřejmě závisí na subjektivním posouzení, každopádně asi většina z nás podvědomě tuší, že existují jisté stereotypní, zažitá způsoby myšlení, které pohled na postavení seniora ve společnosti do jisté míry ovlivňují. Patří k nim např. mnohdy zkreslené vnímání starších osob související se změnou tradičních postojů, proměnou hodnot dnešní společnosti silně orientované na výkon a nedostatečná koncepce programů aktivního stárnutí, které by seniorům umožnily vnímat přechod do důchodového věku jako období vlastního rozvoje a nových možností, nikoliv jako přechod do fáze čekání na smrt. Aktivizace seniorů je jedním z předpokladů jejich vlastního kladného sebepojetí. K tomu, aby společnost nepochybovala o významu a přínosu starších osob pro vlastní fungování, je mimo jiné potřeba, aby i senioři vnímali sami sebe jako rovnocennou součást tohoto společenství.

Rizika ohrožující ohrožujících populaci seniorů bývají zpravidla odrazem nejen ekonomické, sociální, ale i celospolečenské situace. A samotný fakt, že senioři budou v blízké budoucnosti tvořit velmi početnou skupinu, otvírá větší příležitost pro snazší

prosazování jejich zájmů a tím efektivnější eliminaci rizik a projevů, které se této věkové skupiny dotýkají.

2 PROBLEMATIKA STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Podle definice Světové zdravotnické organizace je „stařecký věk neboli senescence obdobím života, kdy se poškození fyzických či psychických sil stává manifestní při srovnání s předešlými životními obdobími“. (Kalvach a kol. in Haškovcová, 2010)

2.1 Stárnutí, stáří a jeho členění

Stárnutí

Pojem stárnutí je možno definovat ze dvou pohledů:

- v případě **jednotlivce** se jedná o biologický, individuální, nepřetržitý, nerovnoměrně probíhající a nezvratný proces, projevující se v průběhu času různými změnami.
- Z pohledu **demografického** zahrnuje celou populaci a jeho vývoj zpomalit lze. K omlazení populace může dojít za předpokladu, že se navýší podíl mladých věkových skupin.

Existuje velký počet teorií, které se snaží objasnit podstatu změn provázejících stárnutí. Pro představu uvádím rozdělení těchto teorií do tří skupin podle Pacovského a Heřmanové:

1. **teorie působení zevních vlivů** (ekologické podmínky, vliv bakterií a virů aj.)
2. **teorie o působení vnitřních vlivů** (genetický program, hromadění omylů při proteinové syntéze, specifické metabolické změny příčné vazby)
3. **teorie porušené integrace a organizace**

(Pacovský, Heřmanová in Langmeier, Krejčířová 2006, s. 203)

Stáří

Stáří neboli senium, je z hlediska vývoje jedince označením pozdních fází jeho života a je podmíněno jeho věkem. Pro bližší specifikaci určení výše věku používáme různá kritéria, kterými jsou:

- **Kalendářní (chronologický) věk:**

věk, který lze přesně a jednoznačně stanovit odvozením od data narození. Nemůžeme ho tudíž změnit. Jeho nevýhodou je nízká vypovídací hodnota ve vztahu k tomu, jak se cítíme nebo jak fungujeme. Výhodou tohoto vymezení je snadná srovnatelnost. V průběhu let a s ohledem na stárnoucí populaci se hranice stáří posouvá z původně uváděných 60 let na v současnosti častěji používaných 65 let. Nejenom určení počátku stáří, ale i jeho následná periodizace se u jednotlivých autorů liší. Pro srovnání nabízím některé z nich. V posledních letech je velmi často využíváno následující dělení podle Kalvacha (1997):

- 65 – 74 **mladí senioři** (převládá problematika přizpůsobení se na nové podmínky spojené s ukončením pracovního procesu, rozvoj zájmových a volnočasových aktivit, seberealizace),
- 75 – 84 **staří senioři** (dochází ke změnám funkční zdatnosti, častější výskyt zdravotních problémů, atypické průběhy onemocnění),
- 85 a více **velmi staří senioři** (problematika zaměřená na zajištění sociální podpory jako případné nutnosti pro udržení kvalitního života jedince).

Pro dosažení věku zpravidla nad 90 let, se používá označení dlouhověkost, kmetství.

Vágnerová (2007) periodizuje takto:

- 60 – 75 **rané stáří**
- 75 a více **pravé stáří**

- **Sociální (sociálně-historický) věk:**

jak již vyplývá z názvu, věk jedince lze vnímat i v sociálních souvislostech. Odráží změny v sociálních rolích, chování a postojích a z nich plynoucích změn životního stylu. Za určující znak pro počátek stáří bývá společností obvykle vnímáno ukončení pracovního poměru a odchod do penze.

Podle Mühlpachra (2004) lze stáří z pohledu sociálního rozdělit do dvou období:

- **třetí věk** – je postproduktivní, což vyvolává představu seniora s klesající výkonností, který již není pro společnost produktivním přínosem. Tento pohled je však zavádějící a je příliš úzce spjatý s pracovní rolí,

- **čtvrtý věk** – někdy v rozporu s koncepcí úspěšného stárnutí označovaný jako období závislosti.

- **Biologický (funkční) věk:**

v širším pojetí vyjadřuje toto označení kompletní, objektivní stav organismu jedince.

Podle Stuart-Hamiltona (1999) můžeme biologický věk v užším pojetí určovat jako:

- **anatomický věk** (vycházející ze stavu kosterní soustavy, tělesné stavby atd.),
- **karpální věk** (stav zápěstních, karpálních kůstek),
- **fyziologický věk** (stav fyziologických procesů organismu, např. rychlost metabolismu, funkčnost imunitního systému, termoregulaci atd.).

- **Psychologický věk:**

je úzce spjat s věkem biologickým, na rozdíl od něho jde však o subjektivní pocit vyjadřující vnímání vlastního stáří. Je zároveň odrazem psychického stavu jedince. Na rozdíl od kalendářního věku, který je daný a neměnný, je v našich silách procesy biologického a psychologického věku alespoň částečně pozitivně ovlivňovat.

2.2 Fyziologické stárnutí

Fyziologické stárnutí přináší primárně změny struktury (morfologie) a následně změny funkcí (zpomalení a úbytek). Změny, které probíhají na fyziologické úrovni, postihují tělesné tkáně a orgány. Tyto změny však neprobíhají u každého jedince identicky, jsou určeny genetickými dispozicemi a životním stylem.

(Pacovský in Klevetová, Dlabalová, 2008)

Ve vývoji člověka, který má zpočátku vzestupný charakter, se období po třicátém roce věku začíná projevovat pozvolným snižováním jednotlivých tělesných funkcí. Tento úbytek se v počátečních stádiích nemusí téměř projevovat. Navíc jde o proces individuální, který je ovlivňován mnoha vnitřními a vnějšími faktory (např. dědičnými dispozicemi, tělesnou

zátěží atd.). Jednotlivé degenerace probíhají obvykle natolik pozvolně, že si je jedinec ani neuvědomuje. Jejich existence se dá většinou vytušit až z procesů, při kterých dochází k aktivaci více funkcí najednou. Otázkou také zůstává, nakolik proces stárnutí ovlivňuje i zdravotní stav jedince, respektive průběhy a důsledky nemocí, které prodělal nebo které jsou v jeho těle přítomny, aniž by o nich věděl.

Fyzické projevy stárnutí

Charakteristické změny provázející proces stárnutí podle Pichauda a Thareauové (1998).

- kůže ztrácí elasticitu, dochází k jejímu vysušování, objevují se pigmentové skvrny
- vlasy šediví a ubývají, zvyšuje se jejich lámavost
- zrak slábne, obtížněji se adaptuje na světlo a tmou
- senzibilita ve vnímání sluchových vjemů, např. citlivost na vysoké tóny a šumy
- úbytek svalové i kostní hmoty
- zhoršená činnost dýchací soustavy, zejména při námaze
- mění se hormonální produkce, sekrece a aktivita
- přetváří se imunitní systém

Přes zvyšující se četnost různých onemocnění ve starším věku, nemůžeme vnímat stáří samo o sobě jako nemoc. V jeho průběhu pouze dochází ke sčítání nepříznivých vlivů a tím i nárůstu nemocných osob. Stav, kdy starý člověk trpí současně větším počtem nemocí, většinou chronického charakteru, nazýváme polymorbidita. (Vágnerová, 2000).

K častým projevům stárnutí patří i úbytky funkcí smyslových orgánů. Tyto orgány přenášejí informace z okolního prostředí do mozku. Dá se tedy předpokládat, že informace získané a předávané oslabenými smyslovými orgány, musí automaticky ovlivňovat i mozkové funkce.

Některé smyslové orgány jako např. hmat, čich a chuť, nejsou z pohledu zpracovávaného tématu tolik důležité, proto informace o slábnutí těchto funkcí záměrně vynechávám.

Pozornost budu věnovat dvěma následujícím, jejichž oslabení nebo úplná ztráta, může pro jedince znamenat zásadní životní změnu. Prvním z nich je zrak.

ZRAK

Mezi nejdůležitější smysly patří bezesporu zrak. Významně ovlivňuje naši orientaci ve světě a schopnost samostatného pohybu. Částečné nebo úplné poškození tohoto orgánu, může jedinci způsobit velké množství komplikací v praktickém životě, spojených např. s nemožností vykonávat některé, pro něho běžné činnosti, čímž dojde ke ztrátě sebejistoty a samostatnosti. To se může následně projevit narušením psychické rovnováhy jedince. Přesto, že lékařská péče v oboru oftalmologie je v České republice na vysoké úrovni, je třeba věnovat velkou pozornost prevenci a první příznaky onemocnění bez odkladu konzultovat s lékařem. Existuje stále velké množství seniorů, kteří první příznaky podceňují. Důvodem bývá skutečnost, že k problémům spojeným se zhoršováním zraku obvykle dochází pozvolna, jedinec si na progredující stav postupně zvyká, smiřuje se s ním, přizpůsobuje mu vnější podmínky a připisuje ho klasickým příznakům stárnutí. V mnoha případech však obvykle stačí odborný zákrok, který pomůže vzniklé problémy z velké části nebo úplně odstranit.

K nejčastějším změnám funkcí oka ve stáří patří:

- snížení akomodace (schopnost oka zaostřit na různě vzdálené předměty),
- úbytek zrakové ostrosti (schopnost oka zaostřit na detail),
- poruchy barvocitu (senioři snadněji rozeznávají odstíny žluté, červené, oranžové, obtížněji modré, zelené a fialové),
- zmenšování zorného pole (omezení periferního vidění, u seniorů má vliv na zhoršenou orientaci v prostoru),
- kontrastní citlivost (vysoký kontrast jasu předmětů usnadňuje jejich rozlišení),
- adaptace na tmou
- reakce na oslnění.

(Stuart – Hamilton, 1999)

Nejčastější zraková onemocnění seniorů:

Šedý zákal – katarakta:

onemocnění čočky oka, při němž dochází ke ztrátě její průzračnosti s postupným zhoršováním zraku. Katarakta se dělí podle různých kritérií. Podle vývoje jde o kataraktu progresivní a podle doby vzniku o kataraktu senilní. Další dělení je podle oblasti čočky, která je postižena. U senilních katarakt je to oblast kortikální či nukleární. Úspěšnost řešení tohoto onemocnění formou operace je v současnosti velice vysoká.

Katarakta. In: VELKÝ LÉKAŘSKÝ SLOVNÍK [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 18:05]. Dostupné z: <http://lekarske.slovniky.cz/pojem/katarakta>

Zelený zákal - tzv. glaukom:

onemocnění charakterizované zvýšeným nitroočním tlakem a následnými změnami vnitřních částí oka a poškozením zrakového nervu, které vede k poruchám vidění. V rozvinutých zemích patří k nejčastějším příčinám slepoty. Podstatou většiny druhů glaukomů je zvýšení tlaku komorové vody v oku, zvýšená tvorba či poruchy jejího odtoku. Tento tlak lze při odborném očním vyšetření změřit. Podstatou léčby je snižování nitroočního tlaku. Používají se oční kapky pilokarpin, betablokátory, popř. některé vnitřně podané léky snižující tvorbu komorové vody. V některých případech se používá laser nebo se provádí operace. Včasné zahájená a pečlivě prováděná léčba umožní nemoc zastavit a zabránit tak těžkému porušení zraku či dokonce slepotě. Vzniklá poškození však již nelze odstranit, proto je důležitá včasná diagnóza a pečlivé dodržování léčby.

Glaukom. In: VELKÝ LÉKAŘSKÝ SLOVNÍK [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 18:10]. Dostupné z: <http://lekarske.slovniky.cz/pojem/glaukom>

Makulární degenerace - VPMD:

degenerativní změny na makule sítnice (macula lutea) vznikající v důsledku různých vlivů včetně dědičnosti. S ohledem na klíčový význam pro zrak se i drobnější změny mohou výrazně projevit v jeho poruše. Mohou vznikat v různých věkových obdobích: infantilní, juvenilní, senilní. K příčinám se obvykle řadí ateroskleróza, traumata, zánětlivá postižení sítnice, stavy po operacích katarakty, toxické vlivy, světelné poškození např. tzv. Laser-

Disco-Macula. Při senilní okulární degeneraci se objevuje atrofie, drobná krvácení, edém, popř. drobné neovaskularizace, k jejichž léčbě se eventuálně užívá laseru.

Makulární degenerace. In: VELKÝ LÉKAŘSKÝ SLOVNÍK [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 18:10]. Dostupné z: <http://lekarske.slovníky.cz/pojem/makularni-degenerace>

Presbyopie

je typickou nemocí stáří, projevující se neschopností zaostřit na blízké předměty. Jedná se o ztrátu akomodace čočky, která se doposud řeší používáním brýlí „na čtení“.

SLUCH

Sluch jako schopnost vnímat zvuky, patří k dalším smyslovým funkcím. I zde dochází k jejich úbytku v souvislosti s regresním vývojem jedince. Významný vliv na zhoršující se kvalitu sluchu může mít prostředí, v němž se jedinec pohybuje.

Podle Stuart-Hamilton (1999) se oslabení sluchu projevuje častěji u mužů než u žen. Toto zjištění podporuje fakt, že muži pracují v hlučném prostředí častěji než ženy. Obecně však není možné určit, jakým poměrem se na slábnutí sluchových funkcí podílí proces stárnutí a jakým vlivy prostředí.

Změny funkcí sluchových orgánů:

- **zvětšování ušních boltců** (jedná se o několik mm, důvody však nejsou známy),
- **tvrdnutí kostí středního ucha** (implikace artrózy nebo zvrápnění),
- **úbytek buněk ve středním uchu** (zasahuje čidla zvuků o vysokých frekvencích),
- **atrofie sluchového nervu** (kombinace špatného prokrvení a růstu kosti).

Podle Tarciové (2005) dělíme poruchy sluchu na:

1. Převodní

Vznikají ve středním nebo zevním sluchu a zabraňují částečnému nebo úplnému převodu zvukových signálů do vnitřního ucha. Častěji při nich dochází ke ztrátě hlubokých, než vysokých tónů. Funkce vnitřního ucha zůstává nenarušena, nevzniká tedy totální hluchota. Využití různých kompenzačních pomůcek (naslouchadel apod.), je v tomto případě vysoce efektivní.

2. Percepční

a) Porucha vláskových buněk, kochleární porucha

Rychlost odumírání smyslových buněk Cortiho ústrojí se po 65. roce života zvyšuje, což má za následek poruchu zvanou **presbycusis**, označovanou jako stařeckou nedoslýchavost. Při této poruše dochází naopak častěji ke ztrátě vysokých tónů.

b) Porucha sluchového nervu

Její výskyt je omezenější, bývá způsobena toxickým poškozením nebo neurinomem.

Neurinom je nezhoubný nádor, který může kromě poruch sluchu způsobovat šelesty a vyvolávat závratě.

Akustická agnozie

– porucha projevující se vnímáním a dešifrováním zvuků okolních šumů, řeči. Patří k nejzávažnějším centrálním poruchám sluchu.

Částečným poškozením sluchu vzniká u jedince nedoslýchavost, absolutní poškození sluchu má za následek hluchotu. Je třeba si uvědomit, že sluchová poškození jsou nevratná. Vzniklé deficity se můžeme prostřednictvím kompenzačních pomůcek snažit vyrovnávat, míru postižení sluchu tím už ale nezměníme. Biologické stárnutí sluchových orgánů zřejmě příliš neovlivníme, můžeme se však pokusit eliminovat vlivy prostředí (např. hluchost), které funkce našich sluchových orgánů přímo ovlivňují.

Jakýkoliv handicap v podobě sluchového omezení může mít negativní vliv na psychiku a sociální život jedince ve společnosti; i proto je třeba se o tento nejcitlivější orgán našeho těla preventivně starat.

2.3 Psychické změny ve stáří

Psychické změny ve stáří mohou nastat v důsledku různých vlivů. Mohou se projevit buďto v souvislosti s biologickými faktory nebo působením psychosociálních vlivů. Co se týče biologicky podmíněných změn stárnutí odrážejících se v psychické struktuře, jedná se především o funkční a strukturální změny v mozku (úbytky počtu mozkových buněk). Významnou změnou je zhoršení regulačních procesů. (Vágnerová, 2004 in Špaténková 2011). Ty se u seniorů projevují zvýšenou úzkostlivostí, snadnou manipulovatelností, obtížným zvládnutím emočních projevů a sklony k depresivním náladám. Hůře se adaptují na změny, často upadají do apatie a rezignace.

(Špaténková, 2011)

Podle Wolfa (in Čížková 1999, s. 135) ovlivňují psychické změny, ke kterým dochází v seniu, tyto činitele:

- genetické faktory,
- zdravotní stav,
- různé okolnosti v životě člověka,
- osobnost člověka.

Venglářová (2007, s. 12) uvádí jako nejčastější psychické změny: zhoršení paměti, obtížnější osvojování nového, nedůvěřivost, sníženou sebedůvěru, sugestibilitu, emoční labilitu, změny vnímání, zhoršení úsudku. Tyto dále doplňuje Zavázalová (2001, s. 29) o: „podrážděnost, izolovanost, agitovanost, úzkost, strach, neschopnost se soustředit, sníženou pozornost... dezorientaci, zmatenost a neochotu ke spolupráci...“

Do velké míry záleží na tom, jak je jedinec citlivý a vnímavý k psychickým změnám, které období stárnutí provázejí a jakým způsobem se s nimi dokáže vyrovnat.

Úspěšnou metodou při zdolávání náročné životní situace spojené s úbytkem schopností je rozvoj **adaptivních strategií**, které mohou tyto změny do jisté míry kompenzovat. Jedná se o:

- **selekcii** – redukuje výběr aktivit na takové, které jsou pro staršího člověka reálné (jsou v jeho silách). Formou adaptace je snížení nároků na sebe sama,
- **optimalizaci** – senior hospodaří se svou energií a schopnostmi tak, aby docházelo k jejich optimálnímu využití v souladu s jeho aktuální kondicí,
- **kompenzaci** – nahrazování úbytku některých schopností, schopnostmi a praktikami jinými.

(Vágnerová, 2008)

Podle Ericsonovy teorie psychosociálního vývoje se období stáří vyznačuje konfliktem „**osobní integrita** versus **zoufalství, strach ze smrti**“. Jde o období hodnocení, které v případě naplnění vede k pocitu spokojenosti, nalezení smyslu života, rozvoji dalších aktivit a vnitřním vyrovnáním se se smrtí, jako nezvratným zakončením naplněného života. V opačném případě propadá člověk depresím a zoufalství z promarněného života, nedostatku využitých příležitostí, času a osobních selhání. Ze smrti má takový člověk panický strach, což se projevuje stresem a celkovou nervozitou.

Výčet nejčastěji se objevujících psychických problémů starých lidí uvádí pod zkratkou **4D** Špaténková (2009).

- **Deprese** – pocity smutku, vnitřního napětí, spojené s útlumem duševních i tělesných procesů, ztrátou zájmů, úzkostí, apatií.
- **Demence** – progresivní ubývání kognitivních funkcí.
- **Deliria** – v případě starších osob spíše zmatenost.
- **Drogové interakce** – závislosti na lécích a alkoholu.

Všechny tyto problémy mají vliv na kvalitu života.

Jak vyplývá z výčtu psychických problémů, vliv stáří na kognitivní funkce bývá často diskutován v souvislosti s výskytem demencí. Je dokázáno, že procento osob trpících demencí se zvyšuje s narůstajícím věkem. Obecně se uvádí, že stařeckou, tzv. senilní formou demence trpí zhruba 15% osob ve věku 75 let, po 80. roce života se tento počet zvyšuje na 20% - 40%. (Topinková in Špatěnková 2009)

Reálná data vycházející ze statistik nejsou pouze informacemi o procentuálním zastoupení osob stížených demencí v různých věkových obdobích, ale jsou zároveň důležitým zdrojem poznatků o faktorech a činitelích, kteří mohou do určité míry přispět k dlouhodobějšímu zachování nebo alespoň ke zmírnění úbytku kognitivních funkcí. Obecně platné jsou tedy nejenom ve vztahu k demencím, ale současně jako činitelé ovlivňující proces kvalitního stárnutí. Patří k nim inteligence, úroveň vzdělání a práce využívající intelektových schopností.

2.4 Stáří a intelekt

Intelekt

„Je synonymem myšlení a rozumu (angl. intellect). Tvoří komplex mentálních schopností a poznávacích procesů člověka. Intelekt je vrozen, tedy determinován geneticky, avšak v průběhu života jedince se zdokonaluje a obohacuje o znalosti a zkušenosti, tedy je ovlivňován i učením. Vztah intelektu a formálního vzdělávání není zcela jasný, avšak je zřejmé, že určitý typ intelektu (např. s výraznou schopností logického myšlení) je vhodný pro určitý typ vzdělávání a profesí více než jiné typy. Zkoumáním intelektu se zabývá kognitivní psychologie a vývojová psychologie.“ (Průcha, Veteška, 2012, s. 132)

Obecně panuje názor, že úroveň intelektových schopností je ovlivněna genetickými dispozicemi, prostředím, ve kterém je jedinec vychováván a také vzděláním, kterého se mu dostane. Některé schopnosti intelektu se v důsledku stárnutí organismu postupně mění.

Pokud mluvíme o inteligenci u starších osob, máme většinou na mysli jakousi moudrost, vycházející z životního nadhledu, získaného životními zkušenostmi. V tomto případě však nelze zobecňovat a tvrdit, že ruku v ruce se stářím přichází i moudrost. Tu ovlivňuje celá řada faktorů, jakými jsou např. empatie, otázka osobního rozvoje atd.

V otázce vztahu stárnutí a intelektu považuji za důležité zmínit Cattellovo rozdělení inteligence na inteligenci krystalickou a fluidní. Tyto dva termíny specifikuje Křivohlavý (2009) takto:

- **Fluidní inteligence:**

je taková, která je nám dána už při narození. Je tedy vrozená, neovlivněná učením, ani získanými zkušenostmi. Při jejím měření se tedy hodnotí řekněme důmysl a bystrost, obvykle ve spojení s rychlostí, s jakou je objekt měření schopen vyřešit daný problém.

- **Krystalická inteligence:**

je naopak inteligence založená na poznacích, které si jedinec během života osvojil, kterým se naučil, které vycházejí z jeho osobní zkušenosti a které umí díky zkušenostem v každodenním životě používat. Je tedy poznamenána kulturou, které je jedinec součástí, a zjednodušeně řečeno vymezuje rozsah jeho vědomostí.

Celková inteligence podle Horna a Cattella (in Křivohlavý 2009) označována jako **g**, je součtem výsledků fluidní a krystalické inteligence.

- **Změny obecné inteligence:**

Názory vycházející z různých studií se liší. Různost výsledků lze přikládat i používaným metodám. Metodologické nesrovnalosti vykazují jak výzkumy longitudinální, které vlivy stárnutí obvykle podhodnocují, tak i transverzální, které mají tendenci opačnou. Pokud tedy vyjdeme z kombinací obou metod prováděných výzkumů, lze konstatovat, že úroveň inteligence se nemění přinejmenším v průběhu celého produktivního života člověka. V rámci jednotlivých druhů inteligence už můžeme konkrétněji specifikovat změny, ke kterým v souvislosti s vyšším věkem dochází.

- **Změny fluidní a krystalické inteligence:**

Z výsledků výzkumů zaměřených na tuto problematiku lze odvodit, že fluidní inteligence má s rostoucím věkem klesající tendenci, zatímco krystalická vlivům stáří nepodléhá. Existují ovšem i sedmdesátiletí jedinci, u kterých nebyl pokles fluidní inteligence zaznamenán. Uváděné informace je tedy nutné vnímat jako zobecněné.

Při sledování vlivů stárnutí na inteligenční schopnosti jedinců, jsme uváděli výsledky vycházející ze skupinových testů osob, patřících do různých věkových kategorií. Takto zjištěné výsledky se často podstatně lišily. Zajímavější a ve svých závěrech jednoznačnější byla testování zaměřená na individuální změny vzniklé v důsledku stárnutí organismu. Přesto, že v projevech signalizujících zkoumanou problematiku se vědci konsensu nedobrali, na existenci jevu, podle něhož dochází k výraznému oslabení schopností ve fázi přípravy na smrt, se shodli. Tento jev se nazývá: model terminální degradace.

Model terminální degradace:

Lidé, kteří měli při prvním testování výrazně nižší skóre, se ve velké většině nedožili dalšího testování. Z této teorie vyplývá, že výkon lidí může být dlouhou dobu neměnný, až do chvíle, kdy dojde k prudkému snížení schopností, jako předzvěsti smrti.

Jedním z vědců, zkoumajících model terminální degradace byl i Jarvik, který ho rozšířil o termín kritický úbytek. Šlo o zjištění, že pokud v období jedné dekády dojde u jedince v testech zkoumajících úroveň intelektu k poklesu schopností přesahujících určitou míru, pak pravděpodobnost úmrtí v krátkém horizontu významně vzroste.

Jednotliví vědci, jak už bylo výše zmíněno, se liší ve specifikaci nástrojů predikujících pravděpodobnou smrt. Pro některé je takovým ukazatelem snížení výkonu při osvojování párových asociací, pro jiné útlum psychomotorických dovedností, pro Jarvika bylo určující jakékoliv zúžení slovní zásoby.

Poslední skutečností limitující validitu této studie je fakt, že ji lze z největší pravděpodobností aplikovat pouze na osoby mladší 75 let. U osob starších je úmrtí většinou důsledkem postupného zhoršování celkového stavu organismu.

(Stuart – Hamilton, 1999)

Teorie nepoužívání

je další z teorií, vysvětlující princip úbytku intelektových schopností v důsledku jejich nevyužívání. Pokud tedy nejsou jednotlivé funkce posilovány pravidelným tréninkem, dochází postupně k jejich oslabení, někdy až k jejich úplné ztrátě.

Součástí této teorie je i zjištění, že fyzická aktivita, konkrétně tělesné cvičení, má vliv na některé složky intelektu starších osob, např. na pozornost. To je zřejmě dáno skutečností, že pocit dobré fyzické kondice ovlivňuje sebedůvěru, motivaci a tím i celkovou psychiku.

Nejen tedy fyzické cvičení, ale i různé formy tréninků intelektových schopností mohou mít vliv na zpomalení procesu stárnutí těchto funkcí.

Reakční čas

můžeme specifikovat jako dobu, za kterou člověk reaguje na podnět. I v tomto případě se dají výsledky nesčetných šetření, která se svými závěry více či méně lišila, shrnout v obecný výstup, týkající se seniorů jako skupiny, nikoliv jednotlivců. Z něho plyne, že reakční časy se ve stáří prodlužují, což v důsledku ovlivňuje i celkovou inteligenci, označovanou v těchto souvislostech jako **g**.

(Stuart – Hamilton, 1999)

Změny pozornosti

I v případě pozornosti se často setkáváme se zkresleným názorem v pohledu na její úroveň ve stáří. Seniori jsou nezřídka považováni za nepozorné, až zmatené. I zde je však důležité rozdělit pozornost na jednotlivé druhy a v jejich rámci posuzovat případné změny.

Stuart-Hamilton (1999) dělí pozornost na:

- **Vytrvalou** – soustředění na konkrétní činnost, při níž se nenecháme rozptylovat. Tato bývá u starších osob s minimálními úbytky zachována.
- **Výběrovou** – schopnost plného soustředění se na úkol, při výskytu rušivých stimulů. V tomto případě ukázaly výsledky šetření již na výraznější úbytky této schopnosti.

- **Rozdělenou** – schopnost rozdělit pozornost na více informací a současně je i zpracovávat. Výzkumy zabývající se tímto měřením upozornily na nejmarkantnější pokles tohoto typu pozornosti. V tomto případě se jako hlavní problém nejeví nedostatečná rychlost potřebná ke zpracování informace, ale neschopnost psychiky, způsobená snížením výkonnosti nervových buněk, obsáhnout větší množství podnětů při udržení pozornosti.

Vzhledem ke zpracovávanému tématu není nadále nezbytné podrobovat detailnímu popisu všechny schopnosti intelektu, u kterých může v důsledku stárnutí organismu docházet k postupnému zhoršení. Na závěr této podkapitoly uvedu příklady posledních tří, které považuji za zajímavé.

Organizace pojmů – hledání souvislostí mezi jednotlivými pojmy na abstraktní úrovni.

Úlohy piagetovského zachování – např. při použití stejného množství dvou stejných látek, nezůstalo – podle vyjádření většiny zkoumaných seniorů – při změně tvaru nádob množství zachováno. Úbytek této schopnosti je i pro vědce velmi překvapivý, protože způsobilost řešit tyto úlohy byla prokázána u většiny zdravých, sedmiletých dětí.

Intelektuální realismus – subjekt při kresbě znázorňuje skutečný stav věcí, ne to, co opravdu vidí, např. znázornění celého předmětu, který je zčásti překryt druhým.

2.5 Stáří a paměť

Obecně se uvádí (i přes námitky některých odborníků), že dochází ke zhoršování paměti spojené s novými událostmi, zatímco starší vzpomínky (např. z dětství), zůstávají zachovány poměrně celistvě. I u nich však dochází k obsahovým a emočním zkreslením. Minulost bývá obvykle hodnocena pozitivně a starý člověk přikládá neadekvátní váhu

skutečností souvisejícím s jeho osobou, postavením, pravidly, tradicemi, majetkem nebo získanými výsadami.

Tato skutečnost může vyplývat z pocitu ohrožení a nejistoty ve vztahu k mladší generaci. Často však bývá nepochopena a vnímána spíše jako negativní charakterová vlastnost. (Langmeier, Krejčířová, 2006)

Obdobný názor zastává i Vágnerová (2000), která úbytek paměťových schopností pozoruje především u novopaměti (tedy zpracovávání nových informací). Dlouhodobá paměť zůstává oproti tomu většinou zachována. U takto pevně zafixovaných zážitků z minulosti však dochází velmi často v průběhu let k emotivnímu zkreslení. Petřková a Špaténková (2008, s. 29) také zastávají obecný názor, „že s věkem více ubývá výkonů v krátkodobé paměti“.

Je tedy patrné, že k částečnému slábnutí paměti s přibývajícím věkem dochází, přestože v některých aspektech zůstává zachována.

Příklady některých dalších druhů paměti vzhledem k stálosti či úbytku schopností:

- **Paměť nezprostředkovaná** – slouží k vybavení událostí, kterých byl subjekt přímým svědkem. Zachována zůstává v memorování hlavních bodů, pokles zaznamenán při snaze o vybavení vizuálních detailů.
- **Vybavení textu** – výsledky dobré v souvislosti s vybavením si děje, se zvyšujícím se věkem však dochází k úbytku schopnosti upamatovat se na detaily. Horší hodnoty však korelovaly s nižší úrovní inteligence zkoumaných osob.
- **Sémantická paměť** – verbální, k zakódování pojmů a jejich významů – zůstává věkem téměř nepoznámána.
- **Implicitní paměť** – nevědomá – paměť pro dovednosti – nedochází k žádnému výraznému oslabení.
- **Autobiografická paměť** – vybavování osobních zážitků, pro zachování odpovídajících vzpomínek je důležitá frekvence, s jakou je zážitek vybavován a míra subjektivity.

- **Prospektivní paměť** – schopnost nezapomenout v budoucnosti něco udělat. Pokud nebereme v potaz, že pro vysoký věk je charakteristický nárůst demencí, s nimiž jsou spojeny úbytky kognitivních funkcí, dá se konstatovat, že je tato paměť zachována dobře.

(Stuart – Hamilton, 1999)

Na závěr této problematiky bych ráda zdůraznila fakt, že někteří autoři upozorňují na složitost a nejednoznačnost jednotlivých výzkumů a zejména podmínek, které mohly výsledky těchto zkoumání ovlivnit. Při jejich porovnávání pak nezdědka dochází k rozdílným závěrům.

2.6 Shrnutí

Pokud mluvíme o problematice stárnutí ve vztahu k jednotlivci, máme na mysli nezvratný, nepřetržitý, nikoliv ale plynulý celoživotní proces. Z demografického pohledu, který zahrnuje celou populaci, jeho vývoj teoreticky zpomalit jde, a to navyšováním podílu mladých věkových skupin.

Samotným pojmem stáří označujeme pozdní fáze života jedince. Ty dělíme podle různých kritérií na kalendářní, sociální, biologické a psychologické stáří. Periodizace v rámci jednotlivých kategorií nabízí odlišné přístupy v dělení některých autorů, reagujících na prodlužování délky života ve stáří a tím celkové stárnutí populace.

Pro stáří jsou typické změny, které nastávají na různých úrovních. V oblasti fyzické dochází ke změnám struktury a funkcí. Psychické změny zase ovlivňuje množství činitelů a mohou nastat v důsledku různých vlivů.

Často diskutovaná je i problematika stáří a intelektu. Přesto, že některé schopnosti intelektu se v důsledku stárnutí organismu postupně mění, jiné zůstávají zachovány. Je proto důležité rozlišovat jednotlivé druhy inteligence, např. fluidní a krystalickou a při zobecňování výsledků mít vždy na paměti individuální rozdíly.

Podobně je tomu i v případě otázky zhoršující se paměti v závislosti na věku. Výzkumy, které byly v této oblasti provedeny, testovaly jednotlivé druhy paměti vzhledem k stálosti či úbytku jejich schopností. Jisté pochybnosti o jednoznačnosti získaných poznatků však panují, vzhledem ke složitosti prováděných výzkumů a podmínek, které mohly výsledky těchto šetření ovlivnit. Jak už bylo řečeno, proces stárnutí nelze zastavit, existují však účinné metody, nástroje a strategie, díky kterým je možné proces stárnutí zpomalit a tím i s největší pravděpodobností pozitivně ovlivnit kvalitu života seniorů.

3 MODERNÍ TECHNOLOGIE V ŽIVOTĚ SENIORŮ

Vymezení pojmů

ICT

Informační a komunikační technologie, označované jako ICT (z anglického Information and Communication Technologies), vznikly z původních IT (informačních technologií), doplněním o prvek komunikace, jako důsledek vrcholící komunikační revoluce. Mezi tyto technologie nepatří pouze samotné (pří)stroje, ale i jednotlivé programy, systémy, aplikace a procesy. Prvek komunikace pak představuje jejich vzájemné propojení, které prostřednictvím telekomunikačních sítí a satelitů, umožňuje přesun obrovského množství dat. K nejvíce využívaným systémům komunikace patří mobilní telefony a internet.

Podle Wikipedie označujeme termínem:

H a r d w a r e – (z anglického významu „zařízení, nářadí“). Vše, co představuje veškeré fyzicky existující technické vybavení počítače. Jsou to součástky, bez nichž by počítač nebyl schopen pracovat.

Hardware. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 19:00].

Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Hardware>

S o f t w a r e – Jinak programové vybavení, jsou veškeré počítačové programy, které provádějí nějakou činnost. Dělí se na systémový software (umožňující chod počítače a jeho styk s okolím) a aplikační software (určený pro práci uživatele počítače nebo zabezpečení řízení nějakého stroje).

Software. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 19:05].

Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Software>

I n t e r n e t - je celosvětový systém, založený na vzájemném propojení počítačových sítí, umožňující komunikaci jednotlivých počítačů mezi sebou navzájem. Cílem všech lidí, kteří Internet využívají, je efektivní a bezproblémová výměna dat.

Internet. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 19:10].

Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Internet>

3.1 Informační gramotnost

Význam slova gramotnost je v podvědomí velké většiny lidí zakódován jako schopnost číst a psát. Z pohledu historie byla původně gramotnost výsadou úzké skupiny lidí, kteří ji nezřídka využívali k posilování vlastní mocenské autority. Za zásadní změnu v tomto směru můžeme považovat položení základů všeobecné gramotnosti, které se vážou k prosinci 1774. Díky školské reformě Marie Terezie vznikl všem dětem žijícím na území habsburské monarchie nárok na získání základního vzdělání, odpovídajícího schopnosti číst, psát a počítat.

S vývojem společnosti a nových možností se ovšem zvyšují požadavky na základní znalosti jedince. Přesto, že v naší společnosti ještě stále existuje malé procento negramotných osob, je umění číst, psát a počítat již dávno překonáno nesrovnatelně většími nároky na základní znalosti a dovednosti jedince.

I pojem gramotnost získává v kontextu různých oborů odlišný význam. Vhodnější by možná bylo říct, různý obsah, co do vymezení elementární úrovně znalostí, schopností a dovedností, týkající se nároků v dané oblasti.

V současnosti se můžeme setkat např. s pojmy numerická gramotnost, jazyková gramotnost, literární gramotnost, matematická gramotnost, dokumentová gramotnost aj. Tyto v podstatě odpovídají vymezení pojmu gramotnosti funkční, která bývá považována za určitý ukazatel vzdělanosti dané společnosti. Nástup rozvoje informačních a komunikačních technologií nám přinesl i další nové pojmy, informační a počítačová gramotnost.

Tyto dva termíny bývají často chápány jako synonyma, ve skutečnosti je informační gramotnost ve vztahu ke gramotnosti počítačové (ICT) slovem nadřazeným.

Podle Landové (2004) můžeme definovat rovnici informační gramotnosti následovně:

informační gramotnost = funkční gramotnost + ICT gramotnost

Informační gramotnost - teorie a praxe v ČR. In: Národní knihovna [online]. 2004 [cit. 2013-02-17 19:25]. Dostupné z: <http://knihovna.nkp.cz/nkkr0401/0401007.html>

ICT gramotnost je chápána především jako práce s počítačem či internetem jako nástrojem. Pod pojem informační gramotnost můžeme tedy zahrnout nejen faktické ovládnutí počítače, ale i schopnost vyhledání potřebných informací (dokumentová gramotnost) a zejména umění následného zpracování a dekodování získaných informací.

Při snaze o vymezení pojmu „počítačová (ICT) gramotnost“ se někteří autoři v menší či větší míře liší. Pro zajímavost uvádím některé definice.

„Gramotnost počítačová (computer literacy) je schopnost komunikovat s počítačem; schopnost nejen psát, ale též ovládat základní operace práce na počítači; původně zvládnutí základních funkcí systému MS DOS; dnes základní znalost obsluhy osobního počítače a základních prací na něm; výhodou nikoliv nutnou je základní představa o programování a znalost programovacích jazyků a běžně užívaných softwarových programů.“ (Hartl, Hartlová, 2000, s. 182)

Tato definice z roku 2004 je konkrétním příkladem dynamického vývoje, kdy např. v oblasti programování došlo k tak výraznému posunu, že znalost programovacích jazyků se stává výsadou úzce specializované profesní skupiny lidí a tudíž už není nezbytnou podmínkou počítačové gramotnosti tak, jak ji v současnosti chápeme.

Ústav pro informace ve vzdělávání MŠMT ČR na svém webu definuje počítačovou gramotnost jako schopnost „uživatelsky využívat informačních a komunikačních technologií bez toho, že musím vědět a znát, jak to v počítačích a „drátech“ probíhá. Počítačově gramotný člověk je schopen pracovat s nejčastěji využívaným programovým vybavením, je schopen používat internet ke komunikaci, k vyhledávání a zpracovávání informací, je schopen využívat služeb a možností, které mu tyto technologie nabízejí, a ví, k čemu a jak je může efektivně využít. Počítačová gramotnost je potom pouze jedním z předpokladů či podmínek dobré informační gramotnosti.“ (MŠMT ČR in Sak 2007, s. 46)

Jelikož se ICT technologie stávají součástí každodenního procesu, začaly se jimi postupně zabývat různé vzdělávací instituce a asociace, jejichž snahou je zařazovat rozmanité typy informačního vzdělávání do studijních programů od úrovně mateřských škol, až po programy určené osobám v postproduktivním věku.

„Dovednosti využívat nové technologie patří k fenoménům pro společnost a civilizaci strategickým, protože jejich rozšířením je do značné míry podmíněn rozvoj lidských zdrojů. Proto při komparaci a hodnocení vyspělosti jednotlivých zemí patří schopnost populace pracovat s počítačem k jedněm z hlavních ukazatelů, neboť umožňuje společnosti a jejím institucím vstupovat do procesu šíření dovedností či kompetencí ovládnutí nových technologií a tento proces pozitivně ovlivňovat.“ (Sak, 2007, s. 45)

V tomto směru je znatelný posun od šíření informačního vzdělávání z původní kompetence knihoven, do procesu formálního vzdělávání.

V případě osob v postproduktivním věku jsou v nabídce kurzy organizované např. v rámci Univerzit třetího věku. Je otázkou, nakolik jsou tyto kurzy schopné kopírovat křivku vývoje jednotlivých technologií, protože extrémně rychlý vývoj v oblasti ICT mění požadavky doby v řádu měsíců (př. Windows 8, tablety, dotykové telefony, čtečky knih atd.)

Na základě různých výzkumů lze konstatovat, že senioři patří k věkové skupině s nejmenším procentuálním zastoupením počítačově gramotných osob. To samozřejmě vyplývá ze skutečnosti, že patří ke generaci, která nebyla s informačními a komunikačními technologiemi konfrontována po většinu svého života.

Pomalejší rozvoj počítačové gramotnosti ve skupině osob postproduktivního věku je ovlivněn mnoha faktory, které budou detailně popsány v další kapitole. Jako zásadní bych ale uvedla otázku přístupu. Zatímco pro mladší a střední generaci je využívání ICT povinností (rámcové vzdělávací programy škol) nebo přinejmenším podmínkou (požadavky související s náplní pracovní činnosti), v případě seniorů jde obecně o jejich vlastní zájem, vůli a motivaci.

Můžeme tedy konstatovat, že ve společnosti kde existují např. profesní nebo sociální skupiny, ve kterých proces komputerizace probíhá rychleji, především díky částečně nedobrovolné akceptaci jejich motivačních faktorů (aspekt sociálního vyloučení, pracovních povinností, edukativních programů atd.), se tyto faktory neprojevují stejným způsobem. Rozdílné priority kladené na jednotlivé celospolečenské motivační faktory naopak u seniorské populace způsobují pouze jejich částečnou akceptaci, založenou poměrně často na dobrovolném volném aktu.

3.2 Informační propast a sociální exkluze

Zavádění informačních a komunikačních technologií do všech oblastí společenského života před námi otvírá problém, který můžeme nazvat informační, neboli digitální propast (angl. digital gap). Nejpřesněji by se tento jev dal popsat jako propast, kde na jedné straně stojí lidé využívající ICT technologie a na druhé straně propasti zůstávají ti, kteří tyto technologie nevyužívají, především proto, že je využívat neumějí.

Ještě před patnácti lety hrála v tomto problému významnou roli materiální a technická dostupnost. Jenom pořizovací cena základního hardwaru odpovídala zhruba dvojnásobku průměrné měsíční mzdy a v kombinaci s omezenou kvalitou a dostupností připojení vytvářela zřetelnou bariéru pro pořízení těchto technologií. Tyto aspekty patřily k hlavním důvodům informační propasti.

Technologickým pokrokem, v jehož důsledku došlo k markantnímu snížení pořizovací ceny, k nesrovnatelně lepší kvalitě a téměř stoprocentní dostupnosti připojení, se význam materiální roviny podstatně zmenšil. Tyto informace díky zažitým předsudkům bohužel stále nepronikly do podvědomí některých sociálních skupin. Typickým příkladem takovéto skupiny jsou senioři. Obecně platí, že stále určité procento starších osob nezaregistrovalo cenový propad těchto technologií a je přesvědčeno, že pořízení ICT a náklady spojené s jejich provozem jsou pro ně záležitosti finančně nedostupné.

K velkým změnám nedošlo jen na materiální úrovni, ale došlo i ke zlepšení uživatelského komfortu. Zapojení počítače bylo před deseti lety možné pouze prostřednictvím zkušeného odborníka. V dnešní době došlo ze strany poskytovatelů k maximálnímu zjednodušení a zautomatizování instalačního procesu, což v důsledku znamená, že instalaci je schopen provést i jedinec bez jakýchkoliv odborných znalostí, pouze s pomocí jednoduchého manuálu. I zde však panují stejné předsudky, které byly uvedeny výše a které překonání digitální propasti komplikují.

Zpřístupnění těchto technologií širokému spektru uživatelů podporuje i fakt, že zjednodušení uživatelské úrovně dosáhlo takového stupně, při kterém uživatel již nemusí znát podstatu fungování jednotlivých procesů, ale soustřeďuje se výhradně na jejich využití. Typickou ukázkou fungující „nevědomosti“ byl proces digitalizace televizního vysílání. Dodnes (přes velkou mediální snahu státu) část populace stále nechápe princip digitálního přenosu a výhody přechodu z analogového na digitální vysílání a přesto ho úspěšně využívá.

Při začleňování seniorů do informační společnosti nelze tedy spoléhat pouze na klesající ceny informační techniky a širokopásmového připojení. Zprostředkování rovných příležitostí v procesu začleňování musí být součástí vládních programů a obsahovou náplní činností různých organizací a asociací.

V rámci jednotlivých evropských států je situace různá, existují však projekty zaměřené na zmenšování digitální propasti. Jako jednu z možných aktivit lze zmínit např. zpravu

sponzorovanou společností Intel, kterou předložila agentura Economist Intelligence Unit (EIU). Cílem zprávy je analyzovat, do jaké míry se jednotlivé státy snaží podporovat zapojení všech občanů do informační společnosti (tzv. eInclusion), a předávat informace o nejlepších příkladech z praxe.

Výsledky se liší v jednotlivých oblastech, cíl a hlavní téma však zůstávají pro státní správu stejné. Jde o navržení a implementaci kvalitních programů, především však o zajištění jejich maximální efektivity.

Mezi nejdůležitější podmínky prezentované agenturou EIU patří:

- **správné zaměření cílové skupiny.** I ta nejlepší technologie se mine účinkem, pokud nebudou řádně uspokojeny potřeby a rozptýleny obavy cílových spotřebitelů,
- **je třeba rozvinout infrastrukturu.** Nemá smysl učit lidi používat internet, je-li dostupnost připojení k němu jen sporadická,
- **alternativní formy financování.** Např. portugalská vláda použila k financování svého projektu eInclusion výtěžek z aukce licencí „třetí generace“ (3G) pro telekomunikační firmy,
- **je třeba zlepšovat informovanost.** Ne každý si je vědom výhod, jež může ICT přinášet. K překonání nezájmu je nutné dobře vysvětlit všechny výhody technologie,
- **je potřeba spolupracovat s úspěšně zavedenými organizacemi.** Je nezbytné navázat partnerství s místními organizacemi a využít jejich znalosti cílového segmentu populace,
- **koordinace je nutná.** Projekty eInclusion často vyžadují zapojení různorodých firem a orgánů státní správy a je zapotřebí pečlivě je koordinovat a často s nimi komunikovat,
- **vzdělávání a podpora jsou nepostradatelné.** Nejefektivnější formou vzdělávání často bývá individuální školení v domácím prostředí školeného. Nepřetržitá podpora má zásadní význam také pro zachování intenzity programu,
- **je žádoucí stanovit si kriteria úspěchu.** Bez měřítka úspěšnosti lze jen obtížně obhájit nutnost dalšího financování nebo budoucích projektů,

- **je nutné předvídat vývoj a trendy**, jako např. rychlý vzestup mobilního internetu, a zvážit jejich dopad na současné projekty.

Gordon Graylish, viceprezident, Intel, EMEA (Evropa, Střední východ a Afrika), říká: „Domníváme se, že přístup k informačním technologiím je právo, nikoli výsada. Spojením veřejných i privátních aktivit můžeme dosáhnout nejlepších výsledků ve zvyšování počítačové gramotnosti. Žádná země, společnost ani organizace není schopna toto zvládnout sama. Víme, že ICT může přinést změnu a že sdílení osvědčených postupů bude základem úspěchu.“

Jak postupovat při zmenšování digitální propasti. In: Computerworld [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 20:02]. Dostupné z: <http://computerworld.cz/hardware/studie-jak-postupovat-pri-zmensovani-digitalni-propasti-75>

V důsledku odpírání tohoto práva k přístupu dochází v praktickém životě k situacím, v nichž se senior může cítit sociálně vyloučen a diskriminován. Takovou diskriminaci lidí související s jejich stářím označujeme jako „ageismus“. Shodně, tedy jako „věkovou diskriminaci a znevýhodňování osob na základě jejich věku“, vysvětlují pojem ageismus i Hartl, Hartlová (2000, s. 20). Na závěr připojuji i charakteristiku Vágnerové (2000, s. 443), která konstatuje, že „z hlediska ageismu je stáří obdobím ztrát, celkového úpadku a zhoršené kvality života“.

Pojem ageismus tedy zahrnuje celou škálu projevů, přičemž omezení možností starších osob dosáhnout na technologické výdobytky současné společnosti, je pouze jedním z nich.

3.3 Motivace k využívání nových technologií

V úvodu této problematiky považuji za důležité vysvětlení termínu **motivace** v obecné rovině. Pojem „motivace“ vznikl odvozením z latinského „movere“, což lze přeložit jako hýbat, pohybovat. V přeneseném smyslu můžeme tento pohyb chápat jako jakési působení vědomých i nevědomých vnitřních hybných sil na lidskou psychiku, při němž dochází ke změnám organismu, které jej uvádějí do pohybu za účelem dosažení určitého cíle.

Podle Pavla Hartla (1993, s. 110) je motivace „pohnutka k jednání, nejčastěji chápána jako intrapsychický proces zvýšení nebo poklesu aktivity, mobilizace sil, energetizace organismu. Projevuje se napětím, neklidem, nečinností, činností k porušení rovnováhy. V zaměření motivace se uplatňuje osobnost jedince, jeho hierarchie hodnot i dosavadní

zkušenosti, schopnosti a naučené dovednosti. Za nežádoucí motivaci jsou považovány strach, úzkost, bolest a podobně“.

Alena Plháková (2004, s. 319) ve své definici vymezuje motivaci následovně: „motivace je souhrn všech intrapsychických dynamických sil neboli motivů, které zpravidla aktivizují a organizují chování i prožívání s cílem změnit existující neuspokojivou situaci nebo dosáhnout něčeho pozitivního“.

Podstatným znakem motivace je, že působí vždy ve třech dimenzích současně. Podle Bedrnové a Nového (2002) se jedná o dimenze směru, intenzity a stálosti. Dimenze směru určuje zaměření a orientaci na cíl. Dimenze intenzity vyjadřuje úsilí a množství vynaložené energie na cestě k dosažení cíle a dimenze stálosti (vytrvalosti, persistence) vyjadřuje odhodlání a schopnost jedince překonávat vnitřní a vnější překážky na cestě k cíli.

K základním pojmům v problematice motivace patří i „**motiv**“ a „**stimul**“.

Tyto dva pojmy bývají někdy chybně označovány jako synonyma nebo ekvivalenty. Zásadní rozdíl je ale v tom, že **motiv** vnímáme jako vnitřní pohnutku, sílu nebo popud, která má svůj cíl, za který lze považovat dosažení požadovaného stavu, tzv. nasycení. Motivaci jedince ovlivňuje i vzájemné, vícečetné působení motivů, které mohou být shodné nebo protikladné, vzájemně se posilující či tlumící. Hartl (1993, s. 110) uvádí, že „motiv je pohnutka, příčina činnosti, jednání člověka zaměřené na uspokojení určité potřeby. Motiv má cíl a směr, intenzitu, trvalost. Trvalost pramení z podnětů vnitřních, vědomých, bezděčných, podvědomých anebo vnějších. Motivy mají významnou úlohu při emoční, myšlenkové a fantazijní činnosti člověka. Motivy bývají různě klasifikovány, nejčastěji s dělením potřeb“.

Na rozdíl od motivů, **stimuly** mohou na člověka působit zvenčí i zevnitř. Dělíme je na impulsy – vnitřní, endogenní, intrapsychické podněty např. téma a incentivy – vnější, exogenní podněty, na jejichž základě může vzniknout motivace k určitému jednání např. pochvala za dobrý výkon povede s největší pravděpodobností ke snaze tento výkon udržet nebo zvýšit.

Machalová (2006, s. 108) chápe motivační činitele jako:

- podněty aktivační (pudy, potřeby)
- podněty směrové (zájmy, postoje)
- podněty cílové (aspirace, hodnoty)

Motivaci můžeme také dělit na **vnitřní** a **vnější**. Psychologické výzkumy dokazují, že za účinnější lze jednoznačně považovat motivaci vnitřní. Není totiž vázána na odměnu spojenou s dosažením cíle nebo sankci za jeho nenaplnění, ale zapojením se do určité činnosti si jedinec uspokojuje nějakou vlastní potřebu. Chut' podílet se aktivně na takovéto činnosti umocňuje pocit její smysluplnosti a užitek, který konkrétnímu jedinci přinese.

V případě seniorů a jejich motivace k využívání nových technologií, se dá častěji hovořit právě o motivaci vnitřní. Na rozdíl od mladé populace, která získává počítačovou gramotnost prostřednictvím formálního vzdělání a osob v produktivním věku, pro které je nutnost využívání ICT technologií spojena obvykle s pracovní náplní vyplývající z pracovní pozice, jde u seniorů o aktivitu vesměs dobrovolnou.

Z průzkumů vyplývá, že nejčastějším motivem pro využívání nových technologií (zejména elektronické pošty a univerzálních komunikačních programů, nabízejících mimo jiné i bezplatné telefonování prostřednictvím internetu) je snaha o **udržení sociálních kontaktů**, které mohou být z různých důvodů oslabeny.

Příčinami sociální izolace mohou být:

- vyloučení z trhu práce, odchod do penze.
- Trend atomizace rodiny, ústup od vícegeneračního soužití, v jehož důsledku může docházet k vytrácení mezigenerační solidarity a který může vést až k vytvoření mezigenerační propasti, ať už z důvodů reálných (vzdálenost) nebo uměle vytvořených (neochota, nedostatek času).
- Různá tělesná omezení a z nich plynoucí snížená mobilita, zvýšení výskytu chronických onemocnění a celkový pokles fyzických sil.
- Psychická stránka jedince, různé stavy a poruchy, snížená psychická odolnost a schopnost přizpůsobit se probíhajícím změnám.
- Neochota akceptovat moderní přístupy ve výchově a životním stylu mladších generací.

Služby jako Skype, ICQ a elektronická pošta umožňují seniorům udržovat vztahy a zůstat víceméně neomezeně v kontaktu jak s rodinou, tak i s přáteli. Minimální finanční zatížení, možnost komunikovat bez nutnosti opuštění domova a nabídka přenosu vizuálního kontaktu, bývají pro seniory silným motivačním faktorem k překonání případných bariér. Příslib zajištění technické podpory ze strany rodiny nebo přátel může také významně

ovlivnit motivaci seniorů k tomu, aby se aktivně zapojili do využívání informačních technologií.

Dalším z motivů pro využívání ICT technologií je přístup k prakticky neomezenému **zdroji informací**. Člověk se dostává k nesčetným zprávám, které jsou mu prezentovány z různých úhlů pohledu, což ho nutí kriticky přemýšlet, vyhodnocovat a vytvářet si svůj vlastní názor. Právě schopnost zpracovávat získané informace je v informační společnosti zásadní. V této souvislosti se však můžeme potýkat s tím, že „problémem je tendence zaměňovat informace za poznatky a za poznání a vyspělou počítačovou gramotnost za moudrost“. (Sak a kol., 2007, s. 34)

V neposlední řadě můžeme jako silný motivační faktor označit snahu jedince o co největší **eliminaci pocitu závislosti**. Pokud si senior osvojí moderní technologie ještě ve fázi osobní samostatnosti a soběstačnosti, ovlivní to pozitivně jeho sebepojetí a naopak ve fázi, kdy budou jeho schopnosti oslabeny do té míry, že alespoň částečně bude cizí pomoc nevyhnutelná, mohou mu moderní technologie tuto situaci usnadnit (např. elektronické bankovníctví) nebo alespoň poskytnout potřebný pocit jistoty, že nezůstane v případě nouze osamocen a odkázán pouze sám na sebe (např. mobilní telefon – SOS aplikace).

3.4 Bariéry při překonávání digitální propasti

Překonat bariéru znamená v souvislosti s tématem této práce získat určité vědomosti, osvojit si dovednosti a upevnit schopnosti, které digitální propast pomohou překonat. Budeme-li čerpat z literatury vztahující se obecně ke vzdělávání dospělých, pak můžeme konstatovat, že za nejčastější bariéry lze považovat nedostatek finančních zdrojů, špatnou informovanost o možnostech vzdělávání, nedostatečný zájem o osobní rozvoj, přesvědčení o dostačujícím množství znalostí a dovedností, nedůvěru ve své schopnosti a dále nedostatek vnějších podnětů motivujících ke studiu. (Rabušicová, Rabušic, 2008)

Stejní autoři v souvislosti s bariérami ve vzdělávání seniorské populace upozorňují na skutečnost, že nejsilnější psychologickou bariérou participace na vzdělávání je pro seniory domněnka, že vzdělávací aktivity pro ně již nemají smysl. Tento důvod byl považován za nejsilnější. Dále nedostatek finančních prostředků a na třetím místě obavy z nezvládnutí kurzu. (Rabušicová, Rabušic, 2008, s. 282)

Přesto, že výše uvedený výčet bariér se vztahuje primárně ke vzdělávání seniorské populace, lze ho vztáhnout i k problematice bariér v překonávání digitální propasti a osvojování nových informačních technologií, které tvoří pouze jednu z mnoha oblastí náplně vzdělávání.

Mnoho seniorů nepovažuje za nutné **doplňovat si** ve svém věku **vzdělání**. Tento postoj je odrazem postoje společnosti, která po dlouhá léta vnímala seniory jako sociální skupinu, jež svůj úkol ve společnosti už naplnila a nachází se ve fázi útlumu a čekání na smrt. Současný fenomén stárnutí společnosti a mnohými průzkumy vyvrácené domněnky týkající se úbytku inteligenčních schopností seniorů však otvírají prostor pro nové perspektivy a očekávání, spojené s rozvojem a podporou vzdělávání seniorů. Přesto, že názor Leirmana (1996) vytýkající školství nepřilíš velkou ochotu stimulovat rozvoj vzdělávání dospělých a podpořit ho jak po stránce materiální, tak i legislativní, mapuje situaci z doby cca před 15 lety, můžeme konstatovat, že k žádným zásadním změnám vedoucím k existenci promyšlené a akceptované státní politiky pro vzdělávání dospělých (konkrétně seniorů) zatím nedošlo. Proto je žádoucí, aby se změnily zažitá stereotypní postoje společnosti a seniorům byl umožněn nový pohled na význam a důležitost jejich dalšího vzdělávání, především z důvodu zvyšování kvality jejich života a vytvoření si vlastní pozice ve společnosti založené na vědění.

Další z uvedených bariér je představa seniorů o nedostupnosti **finančních zdrojů**, potřebných k dosažení konkrétních znalostí, a prostředků, které s těmito znalostmi souvisí. Pokud budeme tento argument vnímat obecně a pro tuto chvíli vyloučíme existující výjimky, můžeme částečně oponovat tvrzením Rabušicové a Rabušice (2008), že pokud lidé vnímají nějakou možnost nebo příležitost jako výhodu či prospěch, jsou schopni pro její dosažení i restrukturalizovat dostupné zdroje. Navíc, jak už bylo zmíněno v úvodu této kapitoly, je překážka vyplývající z obavy nemožnosti zajištění potřebných finančních zdrojů obvykle důsledkem nedostatečné informovanosti nebo nezpůsobilosti zhodnotit výsledný efekt a přínos takovéto investice.

Největší bariéru je ale možno spatřovat v **negativním sebepojetí**. Pro seniora, který nemá důvěru ve své schopnosti, je obvykle velmi obtížné učinit první krok vedoucí k prolomení obavy z vlastního nezdaru či selhání. Otázkou zůstává, nakolik odpovídá nízké sebehodnocení skutečnému stavu a úrovni vlastností a schopností jedince a nakolik potvrzuje Seligmanovu teorii „**naučené bezmocnosti**“, která je vymežována jako „subjektivní a často nesprávné přesvědčení jedince, že jeho úspěšnost je nezávislá na míře

jeho osobního snažení. Jde o stav pasivity, apatie, závislosti, rezignace, nízké sebedůvěry a beznaděje, a to vše v důsledku nesprávně interpretovaných minulých záporných zkušeností“.

Pojem naučená bezmocnost. In: ABZ slovník cizích slov [online]. 2006 [cit. 2013-02-17 20:08]. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/naucena-bezmocnost>

Další možnou teorií, kterou je v tomto ohledu vhodné zmínit, je teorie „**Self-efficacy**“, jejíž název bývá překládán jako „vnímaná osobní účinnost“. Lze ji vymezit jako víru člověka, že má dostatek schopností na to, aby zvládal a kontroloval situace, ve kterých se nachází. Tato definice odpovídá vymezení **vyšší** úrovně self-eficacy, která umožňuje vnímat složité úkoly jako výzvy a souvisí s kvalitou života. Vychází ze čtyř informačních zdrojů:

- zážitek úspěchu a zvládnutí překonání potíží,
- sociální modelování (pozorovat druhé při zvládání obtíží),
- sociální přesvědčení o účinnosti (povzbuzování, interpretace, instrukce),
- redukce stresu a deprese (interpretace signálů vlastního těla, péče o kondici, relaxace, biofeedback).

(Bandura in Novotný, 2009)

Křivohlavý (2001) nabízí pohled z opačného úhlu. Čím méně člověk věří, že svou činností a snahou může ovlivnit nějaký výsledek, tím menší má důvod, aby něco udělal. V tomto případě na rozdíl od předešlé definice, se jedná o vymezení **nízké** úrovně self-eficacy.

Poslední teorií, kterou bych ráda uvedla, je Rotterova teorie „Locus of control“, překládaná jako „místo kontroly“. Jde o míru víry člověka, nakolik může ovlivnit životní události, které se ho týkají.

Jedinec se silným **interním místem kontroly** věří, že události a situace, jichž je součástí, je schopen aktivně ovlivňovat a kontrolovat.

Druhým protipólem je jedinec se silným **externím místem kontroly**, který je přesvědčen, že události a situace není schopen ovlivňovat, že jejich průběh je dán nebo organizován někým nebo něčím jiným a jeho role v nich je pouze pasivní.

Poslední dvě uvedené teorie mohou vyvolat pocit, že jsou vystavěné na stejném principu. Z tohoto důvodu je třeba vymezit základní rozdíl, který spočívá v tom, že „přestože člověk může být přesvědčený, že může kontrolovat a ovládat situaci (vnitřní místo kontroly), stále

nemusí mít potřebné schopnosti k tomu, aby ji zvládl (slabý pocit self-efficacy)“.
(Novotný, 2009)

Bylo by možné uvést další překážky, které cestu k překonávání obtíží komplikují, ze svého pohledu však pro potřeby této práce považuji uvedený orientační výčet za dostačující.

3.5 Využití ICT technologií v praktickém životě

V této kapitole uvádím přehled vybraných technologií, které považuji za aktuálně nejčastěji využívané v populaci seniorů. Přehled technologií a jejich uplatnění je popsán s ohledem na aktuální stav v ČR. Uvedené technologie jsou vybrány z důvodu jejich plošného využití a nezohledňují tak např. primární účel a motivační faktory jejich využití (zábava, usnadnění běžných činností či legislativně danou povinnost). Jednotlivé kapitoly jsou strukturovány tak, aby podaly základní informaci o dané technologii a jejím aktuálním využití populací seniorů, a aby se zabývaly sociologickými dopady tohoto využití na kvalitu jejich života.

Platební karta

jedná se o malou plastovou kartu opatřenou ochrannými prvky, určenou k bezhotovostním platbám nebo výběru hotovosti z bankomatu. V současné době rozlišujeme dle způsobu provedení dva typy platebních karet:

elektronické – prostřednictvím těchto karet lze uskutečňovat pouze online platby, jsou levnější a při jejich blokaci není možné jejich další zneužití,

embosované – kromě online plateb je těmito kartami možné platit i offline, což může mít za následek větší možnost jejich zneužití.

Na rozdíl od vyspělých států (např. USA), kde se platební karty využívaly již od poloviny 20. století, u nás jsme tento způsob placení začali využívat zhruba před dvaceti lety. Na rozdíl od USA, kde platební karty omezily používání hotovosti na minimum, Česká republika se k tomuto trendu teprve postupně přibližuje. Rozšiřování možností využívání platebních karet nejen k výběrům hotovosti a přímým platbám v obchodech, ale také k uskutečňování online plateb v internetových obchodech nebo např. zásilkové službě přímo v místě bydliště, povede nepochybně ke stejnému výsledku.

Přes zřejmé funkční benefity využití platebních karet nejsou v současné době tyto funkce v plném rozsahu seniory využívány. Jako příklad můžeme uvést obavy seniorů z možného zneužití karty (výběr hotovosti z bankomatu, bezhotovostní platby v obchodech), zablokování karty a přímé ztráty kontroly nad stavem svých financí. Na druhou stranu se u seniorů často setkáváme s porušením základních bezpečnostních pravidel využití platebních karet, např. sdělení bezpečnostního kódu jiné osobě za účelem výběru hotovosti nebo nevhodné umístění bezpečnostního kódu v blízkosti platební karty. V případě dodržení všech bezpečnostních standardů přitom představuje využití platební karty bezpečnější řešení, než u seniorů ve stále velké míře rozšířené používání finanční hotovosti.

Mezi pozitivní aspekty využití platebních karet v seniorské populaci za předpokladu existence správných návyků řadíme:

Možnost zpětné dohledatelnosti a kontroly realizovaných plateb a výběrů a jejich bezspornost.

Platby u obchodníků odpovídající přesné výši požadované částky – odpadá nutnost kontroly vrácené hotovosti.

Možnost eliminovat finanční následky vzniklé ztrátou platební karty (např. včasnou blokadou karty, nastavením limitů výběrů atd.), ve srovnání se ztrátou finanční hotovosti.

V případě existence vhodných finančních produktů marketingově a funkčně zaměřených na seniory by jejich využití nepochybně vedlo k masovějšímu využívání těchto služeb.

V této souvislosti bude zajímavé sledovat míru využití u stále populárnější technologie bezkontaktních plateb.

Rozšiřující variantou klasické platební karty je v poslední době hojně diskutovaná

S karta.

Jedná se o speciální platební kartu, určenou primárně pro vyplácení sociálních dávek. Kromě funkce platební, má tato karta i funkci identifikační – jako průkaz pro příjemce dávek nebo jako průkaz pro osoby s postižením (náhrada za klasické průkazy TP, ZTP a ZTP/P) a v poslední řadě i funkci autentizační – možnost realizovat činnosti spojené s veřejnou správou prostřednictvím internetu.

SKarta. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 20:11].

Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/SKarta>

Přes všechny výhody a nevýhody projektu S karta diskutované laickou i odbornou veřejností má projekt ve vzdělávání seniorů v souvislosti s moderními technologiemi pozitivní dopad, který lze spatřovat v plošném seznámení seniorů s principy fungování elektronického platebního styku a bankovníctví. V konečném důsledku by mělo zvýšení této technické gramotnosti přinést možnosti pro využití ostatních podobných komerčních produktů a služeb a jejich snazší a rychlejší akceptaci seniorskou populací. Využití těchto technologií má bezesporu pozitivní vliv na usnadnění života seniorů.

Internet

jsou volně propojené počítačové sítě, které spojují jednotlivé síťové uzly. Uzlem může být počítač, ale i specializované zařízení (například router). Každý počítač připojený k Internetu má v rámci rodiny protokolů TCP/IP svoji IP adresu. Pro snadnější zapamatování se místo IP adres používají doménová jména, například: www.wikipedia.org

Internet. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 19:10].

Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Internet>

V nedávné minulosti bylo využití internetu a jeho služeb podmíněno základní počítačovou gramotností (např. zkušeností s operačním systémem počítače, základními znalostmi HW a SW). S rozvojem user-friendly (uživatelsky přátelských, vstřícných) technologií a ovládání výpočetní techniky (využití dotykových displejů a nových konceptů ovládání blízkých přirozenému způsobu práce s daty), dostupností těchto technologií a dostupností internetu a konektivity se využití internetových služeb stává součástí běžného života i pro seniory. Je to dáno jednak masovým používáním služeb, které vede k eliminaci služeb tradičních (např. využití elektronické pošty ke komunikaci místo tradičních listovních zásilek), jednak možností snadné intenzifikace jejich využívání a nových způsobů použití (elektronické nakupování bez nutnosti navštívit obchodní místo) a jejich snadnou dostupností.

Dostupnost internetových služeb je v podmínkách současné společnosti uspokojivá i pro populaci seniorů (např. knihovny, společenská centra atd.).

Mezi pozitivní dopady využití internetu seniory lze nepochybně zařadit zvýšení intenzity komunikace oproti běžné úrovni a snadný přístup k informacím, jejichž získávání tradičním způsobem by vyžadovalo pro mnohé neakceptovatelnou míru aktivity. Také možnost zábavy a interaktivního trávení volného času je neoddiskutovatelným přínosem v životě seniorů. Díky možnosti sledovat aktuální dění ve společnosti přispívá využití internetu k lepšímu pochopení mnoha sociálních aspektů a souvislostí, např. snazší pochopení mezigeneračních rozdílů, snadnější integrace do současné společnosti a posilování integrity vlastní individuality. V neposlední řadě můžeme mezi pozitivní přínosy zahrnout lepší dostupnost zboží a služeb bez vynaložení dalšího úsilí a prostředků, zvláště pro seniory s omezenou pohybovou schopností.

K negativním faktorům využívání internetu seniory patří riziko zneužití informací jinou osobou, poskytování zavádějících informací a aplikace podvodného jednání, což se týká seniorů více, než ostatních skupin uživatelů.

Mobilní telefon

je elektronické zařízení, které umožňuje uskutečňovat telefonní hovory jako normální telefon, jehož uživatel však není díky použití rádiových vln vázán na místo, kde končí telefonní přípojka.

Mobilní telefon. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA):

Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 20:20].

Dostupné z: http://cs.wikipedia.org/wiki/Mobiln%C3%AD_telefon

Tato definice, již zdaleka neodpovídá možnostem současných telefonů, které jsou postupně vybavovány dalšími službami jako např. datovými přenosy, multimediálními přehrávači, vestavěnými fotoaparáty atd. Nejen tyto služby, ale i hardwarové vybavení mobilních telefonů zažívá nebývalý rozvoj, při kterém je výkon telefonu srovnatelný s výkonem stolního počítače. Jelikož však vznikají čím dál složitější a sofistikovanější přístroje, které vyžadují větší míru odborné způsobilosti i psychomotorických dispozic, začínají být tyto přístroje pro určitou část seniorské populace nepoužitelné. Na tuto obecně známou skutečnost zareagoval trh výrobou mobilních telefonů určených speciálně pro seniory.

Tyto se vyznačují omezením nabízených aplikací na minimum (volání, SMS, budík, SOS funkce), dostatečnou velikostí písmen na klávesnici i na displeji, jednoduchým ovládním menu nebo např. zvýšenou hlasitostí telefonu. Přesto, že u některých jedinců může používání seniorského telefonu vyvolávat pocit diskriminace, obecně se dá předpokládat, že tento typ telefonů, který zohledňuje potřeby a nároky spojené s vyšším věkem, bude v seniorské populaci stále více využíván.

Používání mobilních telefonů v první řadě usnadňuje seniorům komunikaci a napomáhá v udržování sociálních kontaktů. Stejně důležitá je i jeho funkce psychologické pomůcky poskytující záruku dovolání se pomoci v případě nutnosti. Pro malou část seniorů využívajících tzv. smart telefony představuje velkou výhodu i okamžitý přístup k informacím.

Jako negativní jev spojený s používáním mobilního telefonu je u některých jedinců možné pozorovat určité psychické zatížení, způsobené např. stresem z nedostatečně zažitých návyků, potřebných k aktivnímu využívání mobilního telefonu (např. častější zapomínání telefonu doma, opomíjení zmeškaných hovorů atd.), což může zpětně vyvolat nežádoucí reakci obrácenou proti seniorovi, způsobenou např. obavou o jeho zdravotní stav.

Na závěr této podkapitoly, bych ráda shrnula výhody využívání ICT tak, jak je uvádí Čevela a kol. (2012, s. 44)

- posiluje soběstačnost a schopnost života v domácím prostředí s hendikepem,
- usnadňuje komunikaci a kontakt se službami i se správními úřady,
- umožňuje tísňovou péči (v ČR např. systém Areion) a tím rychlé řešení nouzových situací,
- přispívá ke vzdělávání a informování o dění kolem,
- přispívá k řešení osamělosti – stáří v éře mobilních telefonů je jiné než dříve a obdobně jiné bude stáří generací komunikujících na sociálních sítích Facebook či Twitter než v éře před nimi,
- umožňuje provozování „chytrých domů“ (smart house) řízených počítačem a usnadňujících život lidem se zdravotním postižením,
- umožňuje monitorování rizikových pacientů v domácím prostředí a komunikaci s nimi, a to lékařsky i ošetrovatelsky (tzv. telemedicína – telemonitoring, videokomunikace),

- umožňuje eticky a právně kontroverzní sledování a nalézání bloudících pacientů s pokročilým syndromem demence (GPS lokátory),
- posiluje sebevědomí a pocit svébytnosti a kvality volného času starších lidí s pohybovým omezením, výrazně zvyšuje možnosti jejich volnočasových aktivit,
- řeší problematiku lidí v odlehlých venkovských oblastech a jejich přístup k informacím, komunikaci a službám.

3.6 Shrnutí

Pojem gramotnost je v současnosti v užším slova smyslu možné chápat jako určité základní znalosti, schopnosti a dovednosti, odpovídající nárokům konkrétní oblasti nebo oboru.

Informační gramotnost pak vnímáme jako součet gramotnosti funkční a ICT gramotnosti. Schopnost používat nové technologie se v současné době stává spíše nutností, než pouhou výhodou, jak tomu bylo ještě v nedávné době. Z tohoto důvodu jsou i cílené vzdělávací aktivity tohoto oboru zaměřeny na široké spektrum různých věkových skupin.

To se děje proto, aby nedocházelo k vytváření digitální propasti, kdy ti, kteří moderní technologie neumí využívat, zůstávají odděleni od ostatních. Přimět takové jedince k aktivnímu se zapojení do vzdělávacích programů, znamená mimo jiné správně vysvětlit výhody, které tyto znalosti přinášejí, a současně jedince adekvátním způsobem motivovat.

Právě dostatečná motivace a samozřejmě i informovanost může významně usnadnit překonávání skutečných či domnělých bariér. V konečném důsledku pak i změna postojů, korunovaná zažitým úspěchem, může zásadním způsobem změnit pohled jedince (v kontextu této práce seniora) na sebe sama.

Souhrn konkrétních technologií, které jsou staršími občany využívány v praktickém životě, včetně výčtu výhod i případných nevýhod, které z jejich používání plynou, logicky uzavřel tuto kapitolu.

4 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ JAKO VÝHODNÁ INVESTICE

Vzdělávání této věkové skupiny tvoří jen malý dílek mozaiky celkového obrazu koncepce dynamicky se rozvíjejících společností. Právě tento rychlý vývoj odráží potřebu pružně reflektovat na potřeby současné společnosti. V souvislosti se vzděláním to znamená neustrnout a nespoléhat se na vzdělání dosažené v rámci formálního nebo povinného vzdělávacího systému, ale využívat i jiných cest k získávání nových poznatků, rozšiřování vědomostí a dovedností a to bez ohledu na již dosaženou úroveň vzdělání, odbornosti nebo specializace. Zkrátka naplnit ideu celoživotního vzdělávání a učící se společnosti.

Jak uvádí Beneš (2008), myšlenky celoživotního vzdělávání a učení mají své historické kořeny, v současnosti ovšem existuje politická snaha je realizovat. Vychází z potřeby kompetencí vyžadovaných ve znalostní společnosti a z nedostatečného zajištění těchto kompetencí prostřednictvím stávajících školských soustav. Celoživotní vzdělávání a učení je cílem a koncepcí dnešní vzdělávací politiky nejen na národní, ale i nadnárodní úrovni (OECD, EU atd.) a politiky rozvoje lidských zdrojů.

4.1 Důležité pojmy

Věda, která se zabývá výchovou a vzděláváním dospělých se nazývá **andragogika** a vznikla jako odezva na poptávku po nových kategoriích vědomostí a odborností.

Zhruba od druhé poloviny 20. století byla andragogika jako věda zaváděna na univerzitách, které jsou i v současnosti základnou pro výzkumnou a teoretickou práci. Mimo univerzit však existuje široké spektrum asociací, mezinárodních organizací a celosvětově propojených systémů, které poznatky této vědní disciplíny zpracovávají a napomáhají jejich zavádění do praxe.

Už z vymezení pojmu andragogika je patrné, že se zaměřuje na skupinu dospělých, tzn. skupinu značně heterogenní. Z tohoto faktu vyplývá nutnost upravovat obsahy, postupy a cíle jednotlivých programů ve vztahu k požadavkům určitých okruhů posluchačů. Tyto skupiny, které se vyznačují specifickými vzdělávacími potřebami a zájmy, označujeme jako **cílové skupiny**.

Každý druh vzdělávání dospělých je zaměřen na určitou cílovou skupinu a snaží se zohledňovat její specifika. K tradičním cílovým skupinám patří ženy, rodiče, zaměstnanci, management, nezaměstnaní, vězni, migranti, analfabeti, funkční analfabeti atd. (Machalová, Prusáková, 2004)

Jednou z podmínek efektivity procesu vzdělávání je podstatná skutečnost založená na předpokladu, že „nestačí cílové skupiny jen zvenčí určit, ale že potencionální účastníci musí sebe sami jako specifickou cílovou skupinu chápat.“ (Beneš, 2008, s. 88)

Jednu z cílových skupin ve vzdělávání dospělých tvoří i **senioři**. Zájem o podporu vzdělávání této skupiny vychází jak z demografických, tak i ekonomických potřeb současného vývoje. Důsledky stárnutí populace se projevují také v kulturní a politické oblasti a právě vzdělávání osob v postproduktivním věku by mělo pomoci některé negativní aspekty tohoto jevu zmírňovat.

Problémy stáří a stárnutí jsou náplní mnoha oborů a vědních disciplín. Jedním z nich je **gerontologie**, kterou můžeme charakterizovat jako multidisciplinární souhrn poznatků o stárnutí a stáří, z čehož plyne, že nejde o samostatnou vědní disciplínu. Její název je odvozen z řeckého slova gerón, neboli stařec. Pojem gerontologie použil poprvé pravděpodobně ukrajinský lékař a držitel Nobelovy ceny I. I. Mečnikov v roce 1903.

(Mühlpachr, Staníček, 2001)

Gerontologie se dělí do tří hlavních proudů:

- experimentální (biologická) zkoumá příčiny a mechanismy stárnutí živých organismů,
- sociální zkoumá vzájemné vztahy starého člověka a společnosti, ovlivněné jeho potřebami a očekáváním a celkový vliv stárnutí populace na rozvoj společnosti,
- klinická se zaměřuje především na zdravotní stav jedince spojený s výskytem specifických chorob ve stáří, věnuje se kategorizaci příznaků těchto nemocí, průběhu léčby i sociálním souvislostem. Podle Mühlpachra a Staníčka se jedná o geriatrii v širším slova smyslu.

(Mühlpachr, Staníček, 2001)

Gerontologie má specifický obsah, vymezený předmět zájmu, využívá zvláštních poznávacích metod a má stanovený cíl. Shrnuje všechno, co se týká starého člověka ve zdraví i nemoci (Pacovský, Heřmanová, 1981).

Pojem geriatrie je odvozen z řeckých slov gerón (stařec) a iatros (léčím). Poprvé jej použil americký lékař vídeňského původu I. L. Nascher pravděpodobně roku 1909. V obsáhlejší pojetí se jedná o klinickou gerontologii. V užším pojetí např. v České republice, na Slovensku nebo v Irsku, jde o samostatný specializační lékařský obor, který vychází

z vnitřního lékařství. Zabývá se kromě všeobecně interní problematiky problémy rehabilitačními, neurologickými, psychiatrickými, ošetrovatelskými a sociálními službami. Jádrem oboru je zachování a obnova soběstačnosti.

(Mühlpachr, Staníček, 2001)

Psychologický slovník vysvětluje pojem geriatry jako nauku o prevenci a léčbě chorob starých lidí.

(Hartl, Hartlová, 2000, s. 178)

Edukace a výchova seniorů se stala náplní disciplíny zvané geragogika, která tvoří jednu z oblastí zaměření vzdělávacích programů v celkovém konceptu vzdělávání dospělých. Označení disciplíny vychází ze složení slov geront (gerón = stařec) a agogé (vedení), které nejlépe vystihuje obsah dané problematiky, jejímž základem je právě vzdělávání seniorů.

Detailnější rozbor předmětu a vymezení pojmu geragogiky různými autory, bude zpracován v další části této kapitoly.

4.2 Geragogika

Patří do skupiny věd zabývajících se výchovou. Je subdisciplínou pedagogiky a svou pozici v soustavě společenských věd si teprve buduje.

Gerontagogika, gerontopedagogika, geragogika jsou společným označením nauky o vzdělávání starších (starých) lidí, která je součástí andragogiky. A rovněž teorie výchovy ve stáří a pro stáří.

Andragogický slovník, Gerontagogika, gerontopedagogika, geragogika. In: Andromedia [online]. 2009 [cit. 2013-02-17 20:25]. Dostupné z: <http://www.andromedia.cz/andragogicky-slovník/gerontagogika-gerontopedagogika-geragogika>)

Geragogika je v užším pohledu pedagogickou disciplínou, která se zabývá výchovou a vzděláváním seniorů. V širším pohledu ji můžeme chápat jako teoreticko - empirickou disciplínu, jejíž náplní je zabezpečovat péči, pomoc a podporu seniorům při uspokojování jejich potřeb.

(Mühlpachr, Staníček, 2001)

Čornaničová (2007) navrhuje specifikovat definici a předmět geragogiky následovně: Geragogika (z řeckého geront – kmene slova gerón = stařec + řeckého agógé = vést někoho) je utvářející se vědní disciplína zaměřená na zkoumání a systematizaci poznatků, týkajících se vzdělávání v séniu a vzděláváním ve vztahu k seniorskému věku.

Pokud tedy chceme předmět geragogiky vymezit z pohledu generačně cílové orientace vzdělávacích aktivit, můžeme použít dělení Čornaničové (2007), které ho rozděluje do třech okruhů:

Vzdělávání seniorů – je hlavní oblastí zkoumání této vědní disciplíny. Vzdělání pak chápeme jako způsob, který má sloužit k usnadnění výkonu nebo aktivit podporujících spokojené stáří a tím přímo ovlivňujících kvalitu života v seniorském věku. Jde o aktivní a smysluplné využívání volného času, výchova k aktivnímu stáří a k využívání tvořivých schopností člověka ve vyšším věku. Vzdělávání seniorů slouží nejen jako podpora, ale přispívá i k realizaci a rozvoji životních možností seniorů, což pozitivně ovlivňuje jejich vlastní postoj ke stáří, jako životnímu období. Kladný postoj a životní přístup podporující potenciál seniora, pak slouží jako prevence proti patologickým projevům stárnutí. Při vzdělávání seniorů je třeba mít neustále na paměti, že přes určité společné znaky této skupiny, jsou její účastníci osobnostmi s různým společenským statutem, ovlivněnými různým socio-kulturním prostředím, s rozdílnou hodnotovou orientací, zájmy, potřebami a možnostmi a je tedy potřeba k nim jako k individualitám přistupovat.

Preseniorské vzdělávání – obsahuje koncept přípravy na stárnutí jako na kontinuální proces života jedince a především na přípravu a změny spojené s ukončením aktivního pracovního života a odchodem (vstupem) do důchodového věku. Má za úkol zmírnit negativní dopady a možná rizika spojená s psychickými, biologickými a sociálními změnami a jedince na tyto přicházející změny připravit. Přípravu na stárnutí lze vnímat ze tří časových hledisek. Dlouhodobé – celoživotní příprava, spočívá ve zdravém a smysluplném životním stylu. Smysluplnost a naplněnost předchozích období života dává podle Ericsona jedinci šanci na vyrovnaný přechod do období následujícího, bez pocitů zmaru, prázdnoty a nevyužitých možností. Dalším hlediskem je hledisko střednědobé, tzv. přeladovací, které zahrnuje období zhruba od 40 do 60 let věku. V této fázi se příprava na stárnutí soustřeďuje především na upevňování zdravého životního stylu a zavádění opatření, sloužících k jeho podpoře jak po stránce fyzické, tak i psychické. Třetím a posledním hlediskem je krátkodobé, které odpovídá přípravě na stáří v posledních pěti letech před dosažením důchodového věku. Je to období zaměřené na konkrétní opatření

spojená především s dožením sociálních jistot a plynulým přechodem do období následujícího.

Proseniorské vzdělávání – je určeno různým generačním skupinám a klade si za cíl především objasňovat a vysvětlovat příčiny a důsledky problémů spojených se stářím a problémů celé seniorské populace. Poukazovat na nutnost společenské podpory seniorů, vycházející především z podpory rodinné a následně i sociální. Jeho snahou je zmenšit mezigenerační propast a naučit společnost vnímat život jako kompletní celek, v němž má každá životní etapa svůj smysl a svou hodnotu a vzájemně tak naplňují poslání a funkci lidského života. Smyslem tohoto postoje je schopnost vnímat život jako strukturovaný celek a sebe v něm, jako nedílnou součást nezvratného procesu vývoje a stárnutí. Do této části edukace řadíme i programy určené rodinám seniorů, opatrovníkům, dobrovolníkům a odborným pracovníkům, kteří o staré lidi pečují.

4.3 Význam a funkce vzdělávání seniorů

Význam a smysl vzdělávání osob v postproduktivním věku musíme vnímat pohledem na seniora jako jedince, ale zároveň jako na člověka, který je součástí dané společnosti. Podle Bočkové (2000), můžeme význam edukace seniorů chápat ve dvou rovinách:

- **ve vztahu k jednotlivci (seniorovi)**
- **a ve vztahu ke společnosti**

Význam ve vztahu k jednotlivci, je např. možné vyjádřit v souvislostech spojených s odchodem jedince do penze, k němuž se obvykle pojí i ukončením aktivní pracovní kariéry a který provází určitá specifika, jež mají v obecné rovině charakter zásadní změny, ať už se jedná o změnu sociální role, úbytek sociálních kontaktů nebo nezvykle velký prostor k uskutečňování nejrůznějších aktivit, způsobený enormním nárůstem volného času. Přesto, že uvedené změny zaznamenala vesměs celá populace seniorů, jejich důsledky a projevy se v individuálních případech zásadně liší. Ne každý jedinec je ale schopen samostatně a aktivně tyto změny využít a efektivně zužitkovat a tím přispět k udržení nebo zlepšení kvality svého života. Nabídka kompenzačních aktivit např. ve formě dalšího vzdělávání, tak může sloužit jako alternativa a podpora jedinců ze strany společnosti, kteří tento přechod do další fáze životního období vnímají jako problematický. Vzdělání tak může seniorovi usnadnit adaptaci na novou životní situaci,

rozšířit obzory, ukázat nové možnosti, získat nadhled, osvojit si schopnosti, které mu umožní aktivně ovlivňovat události a adekvátně reagovat na výzvy života v séniu. Všechny tyto aspekty pak významně snižují riziko výskytu patologických jevů, spojených s obdobím stárnutí. Mnoha výzkumy prokázány pozitivní vliv edukačních aktivit v postproduktivním věku nejen na duševní, ale i fyzické zdraví člověka je jedním z důvodů, proč je dobré tyto mechanismy nadále rozvíjet a podporovat.

Ve vztahu ke společnosti je vzdělání v postproduktivním věku vnímáno jako významný prvek pozitivně ovlivňující pohled a názor společnosti na stáří. Pomáhá vyvracet zažité stereotypy spojené s vnímáním stáří jako období celkového úpadku jedince a naopak otvírá pohled na stáří jako na období aktivity spojené s rozvojem zájmů, zálib a celkové kultivace osobnosti seniora. Pozitivní dopady společného vzdělávání je možné spatřovat ve dvou pohledech. První z nich nabízí generaci mladých lidí možnost bezprostřední a nenásilnou formou porozumět a pochopit problémy seniorů v osobních i celospolečenských souvislostech. Naopak jiný úhel poukazuje na pozitivní dopady vzájemně provázaného vzdělávání z pohledu generace seniorů, která oceňuje možnost být součástí společnosti, jež ji plně akceptuje se všemi jejími specifiky. Tato forma integrace starších osob do systému vzdělávání, pomáhá posilovat mezigenerační solidaritu, čímž působí jako prevence vzniku mezigenerační propasti.

Funkce vzdělávání seniorů

K výčtu funkcí vzdělávání seniorů použijí členění, na kterém se shodli a které ve své společné publikaci uvádějí Petřková a Čornaničová (2004):

- dle primárního zaměření:
 - **vzdělávací:** prvořadá orientace na získávání poznatků, informací, rozvoj dovedností,
 - **kulturně-kultivační:** kultivace osobnosti jedince vlivem umění, kultury, pohybových aktivit, podpora individuálních zájmů jako kvalitní náplně volného času,
 - **sociálně-psychologické:** zaměřené na prevenci omezení spojených se stárnutím zejména v oblasti sociálních vztahů, psychického rozvoje a udržení standardů kvality života.

- dle specifického zaměření:
 - **preventivní:** předběžná opatření uskutečňovaná za účelem pozitivního ovlivnění průběhu stáří a stárnutí,
 - **anticipační:** pozitivní vyladění a připravenost na změny ve stylu života, spojené především s odchodem do důchodu,
 - **rehabilitační:** revitalizace a udržování fyzických a duševních sil, příprava pro další existenci jedince,
 - **posilovací** (stimulační, kultivační): rozvoj potřeb, schopností, zájmů a dovedností seniorů, podpora jejich aktivity, zušlechťování jejich zájmů a potřeb,
 - **kompenzační:** vyrovnávání možného úbytku sociálních kontaktů a nedostatečných příležitostí realizace studia v dřívějších životních obdobích,
 - **aktivizační:** podpora kladného sebepojetí a začlenění se do současné společnosti,
 - **komunikační:** aktivní komunikace s okolím jako prevence sociálního vyloučení,
 - **relaxační:** plnohodnotné trávení volného času jako podpora rozvoje harmonické osobnosti,
 - **mezigeneračního porozumění:** orientace na aktivní kroky sloužící k prevenci vzniku mezigenerační propasti.

4.4 Didaktické zásady edukace seniorů

Gerontodidaktika - didaktika vzdělávání seniorů, je částí andragogiky, jejíž náplní je vzdělávání dospělých. Vzdělávání dospělých, v tomto případě pro snazší rozlišení chápeme jako vzdělávání osob v produktivním věku, klade obvykle největší důraz na vzdělávání z důvodu profesního růstu nebo udržení stávajícího postavení ve společnosti, která prochází zásadními změnami. V této souvislosti se mění i požadavky na jednotlivce, od kterého se očekává soustavné zvyšování kvalifikace a rozšiřování vědomostí, důležitých pro další orientaci v rozvíjející se společnosti a jejích jednotlivých oblastech. Tyto změny postihují všechny členy společnosti, tedy i osoby v postproduktivním věku. U seniorů však obvykle nejde o zvyšování kvalifikace z důvodu profesního růstu, ale o to, aby zůstali co nejdéle aktivní. Aktivita usnadňuje adaptaci na stáří, posiluje vlastní sebehodnocení a usnadňuje cesty vedoucí k uspokojování potřeb, což v důsledku celkově ovlivňuje kvalitu jejich života.

Vzdělávání seniorů má však svá specifika. Na rozdíl od vzdělávání dětí, které získané teoretické vědomosti následně ověřují a testují v praxi, při vzdělávání seniorů formujeme již „hotového“ jedince. Člověka s mnoha životními zkušenostmi, vlastními postoji, mnohdy pevně zažitými návyky a především jedince nacházejícího se v pozdním období života, které je spojeno s postupným oslabováním různých fyziologických a psychických funkcí. Tyto všechny skutečnosti musí být při edukaci seniorů zohledněny.

Palán (2003) upozorňuje na potřebu zabezpečení určitých podmínek, které ovlivní jednak průběh a zároveň i efektivitu výsledků učení.

- **logické uspořádání** náplně lekcí, plynulá návaznost a **vzájemná provázanost** v rámci cyklu,
- **časté opakování a shrnování**, zdůrazňování nosných myšlenek, hledání souvislostí v celkovém kontextu,
- časté **zapojování účastníků** do vzdělávacího cyklu, prostor pro uplatnění osobní zkušenosti a názoru, spojování s aktuálními potřebami,
- prostor pro **zpětnou vazbu** formou diskuse, dotazování atd.,
- **pozitivní motivace** a pomoc zaměřená na posilování důvěry ve vlastní schopnosti a dovednosti.

Všechny tyto zásady jsou obecně platné pro všechny vzdělávací skupiny a je možno je rozšířit o mnohé další, které přetrvaly již z dob působení Jana Amose Komenského. Jen pro doplnění můžeme zmínit některé, jako například **zásada přiměřenosti**, především co do množství předávaných informací a s tím částečně související dodržování přestávek a přiměřená délka vyučovací jednotky. U malých dětí je např. schopnost soustředit se časově limitována, ale s přibývajícím věkem se postupně tento časový interval zvyšuje. Ve stáří naopak zase pomalu dochází k poklesu této schopnosti.

Další zásadou efektivní edukace seniorů je podmínka hlasitého a **srozumitelného přednesu** výkladu. V souvislosti s touto zásadou stojí za zmínku i postřeh Heleny Haškovcové, která připomněla, že velký zájem o přednášky na univerzitách třetího věku, nebyl pouze ze strany studentů, ale i méně zkušených edukátorů, kteří tyto přednášky využívali ke zkvalitnění svých řečových dovedností...“Jinde byly přednášky vítanou

příležitostí pro mladší lékaře a vědce, kteří se tak učili správně, jasně a zřetelně přednášet.“ (Haškovcová, 2010, s. 131)

Poslední z mnoha zásad, kterou bych ráda zmínila, je zásada **názornosti**. Jde o univerzální zásadu jakéhokoliv vzdělávání. Obecně platí, že informace přijímané více smysly najednou, zvyšují procentuální úspěšnost jejich zapamatování. Proto i ve vzdělávání seniorů, bývá často kromě mluveného přednesu využívána vizualizace.

Podle Procházky a Somra (2008, s. 85) je úkolem vizualizace předávané informace:

- učinit obsah srozumitelnějším,
- vyzdvihnout důležitá sdělení,
- zkrátit čas potřebný na vysvětlování,
- ukotvit v paměti publika určitá sdělení,
- ozřejmit souvislosti.

I v tomto případě je však potřebné dodržovat zásady **formální úpravy prezentace**. Hladílek (2009) zmiňuje např. tyto: krátké věty, v jedné větě jedna myšlenka, max. sedm myšlenek na jednom „slidu“ (obrázku). Barvy v prezentaci by kromě bílé a černé neměly být použity více než tři. Celá prezentace má dodržovat jednotné barevné schéma. Stejná barva a velikost písma pro stejnou úroveň textu. Při promítání na plátno nebo na zeď je správné tmavé pozadí a světlé písmo. Grafy používat dvojrozměrné, nepřetěžovat je textovými informacemi, zhoršuje to jejich přehlednost. Schopnost vnímání a zapamatování podporují vhodné kresby, fotografie, karikatury či kliparty.

Na závěr této podkapitoly je žádoucí zmínit tzv. **psychodidaktické zásady**, jejichž platnost je opět obecně platná, tedy vhodná i pro vzdělávání seniorů. Výčet těchto zásad uvádí Smékalová (2005):

- obsáhlá látka přináší větší počet prvků, které si můžeme zapamatovat a nutnost většího počtu opakování, které musíme provést, abychom si je zapamatovali,
- podobné prvky v látce ztěžují učení,
- nejsnazší na zapamatování je začátek a konec látky,

- první opakování má následovat v co nejkratším časovém úseku po osvojení látky,
- první informace působí nejvíce, poslední nejdéle,
- při opakování užíváme rozmanitost, aktivnost, přestávky,
- využívání transferu, poznatků ze života, emotivní situace atd.

SMĚKALOVÁ, Lucie. *Časopis pro pedagogiku v souvislostech. Psychodidaktika a její význam ve vyučování [online]. 2005, č. 1 [cit. 2013-02-26 20.21]. Dostupné z: <http://paidagogos.net/>*

4.5 Úskalí při vzdělávání seniorů v oblasti výpočetní techniky

V této podkapitole nabízím pohled na projevy stárnutí a jejich reálný dopad, konkrétně při snaze seniorů o rozšíření znalostí a osvojení si dovedností, nutných pro práci s výpočetní technikou, respektive moderními technologiemi. Všechny projevy, podrobně zmiňované v kapitole dvě, mohou určitým způsobem znesnadňovat proces edukace seniorů. Je však důležité současně upozornit na to, že zde dochází i k opačnému efektu, při němž samotné učení zpětně ovlivňuje kognitivní procesy a např. tréninkem paměti napomáhá k jejich udržování. Na možnosti jak s těmito specifiky pracovat a jak případně snižovat jejich dopady, upozorňuje Martin Dosedla (2010), lektor kurzů výpočetní techniky, pořádaných Masarykovou univerzitou v Brně.

- V oblasti **smyslového vnímání a koordinace**, představuje největší problém jednak úbytek zrakových, ale např. i sluchových funkcí. Nejen že první z nich komplikuje samotnou práci s počítačem nebo ostatními technologiemi, celkově však mohou tyto úbytky v oblasti smyslového vnímání negativně zasahovat i do procesu výuky a komplikovat tak lektorovi snahu o plynulé předávání informací. V takovýchto případech doporučuje autor **přizpůsobit tempo výuky** individuálním možnostem jednotlivých účastníků,
- **eliminovat teoretické pasáže** v jednotlivých částech výuky, týkající se procesů vysvětlujících činnost počítače a zaměřit se na **praktické úkony a osvojování si základních pojmů**, nezbytných k jeho využívání, opět s důrazem na respektování individuálního zájmu vzdělávaných osob,

- z nabízených edukačních metod hodnotí jako nejúčinnější pro tento druh vzdělávání **frontální výuku a demonstrační činnosti**, které umožňují přizpůsobovat tempo požadavkům jednotlivých posluchačů a individuálně s nimi řešit případné nejasnosti. S ohledem na efektivní využití času odpovídajícímu obsahové náplni edukační jednotky, považuje autor za velkou výhodu možnost **zapojení dalšího asistenta** ve výuce,
- **změny v oblasti motorické**, samostatně nebo v kombinaci se změnami smyslového vnímání, mohou zejména zpočátku způsobovat určité problémy. Jak uvádí Petřková a Čornaničová (2004, s. 72) „I tak jednoduchá operace, jak je umístování kurzoru na vybrané místo na monitoru, může být pro staršího člověka problémem. Tato operace vyžaduje totiž dokonalou souhru pohybového a zrakového systému, zejména pokud jde o sladění myši a kurzoru. Zvládnutí dovednosti pracovat s myší předpokládá tedy „přesnou ruku“, tj. obratné prsty a přesné řízení pohybu na základě zrakové a hmatové kontroly. Vytrvalostí a opakováním činností možno i u lidí v seniorském věku osvojit si tuto dovednost na odpovídající úrovni.“,
- **pozornost** je prověřována především při **sledování činnosti a její následné realizaci**. Posluchače můžeme rozdělit na dvě skupiny, podle praktikovaného postupu. První část se snaží realizovat jednotlivé kroky současně s výkladem lektora. Druhá část posluchačů nejprve celý postup vyslechne, popřípadě zhlédne a následně se jej snaží zopakovat. Autor sám, hodnotí jako účinnější metodu druhého postupu, která díky požadavku na udržení pozornosti dává posluchači možnosti uvědomit si celý proces komplexně i s cílem činnosti. V takovém případě se jako nejlepší prevence tohoto úskalí jeví **rozdělení úkonů na menší okruhy**,
- **změny v rozsahu paměti** autor spatřuje zejména při ukládání a organizaci souborů, které bývají účastníky kurzů vnímány jako jedny z nejobtížnějších činností. A to zejména v důsledku schopnosti zvládnout **kombinace mnoha úkonů**, které jdou v přesném časovém pořadí za sebou,
- **v rovině emocionální** tvoří největší bariéru seniorů při práci s počítačem strach, který pramení z počáteční nevědomosti a nezkušenosti. Tento strach pramení z obavy, že svou činností způsobí závadu nebo zaviní nenávratnou ztrátu dat. Tyto obavy se postupně začínou vytrácet především v závislosti na tom, jak roste zkušenost seniorů s ovládnutím počítače. Získaná jistota a sebedůvěra dokonce vede

k odhodlání experimentovat a zkoušet nové možnosti, které využívání těchto technologií skýtá. A s tím také rychlým tempem rostou jejich vědomosti.

I v tomto případě můžeme poznatky lektora získané prostřednictvím kurzů výpočetní techniky, vnímat jako obecně platné při vzdělávání seniorů v oblasti jakýchkoliv moderních technologií.

4.6 Shrnutí

Souběžně s dynamickým rozvojem společnosti vyvstává potřeba umět se pružně přizpůsobovat změnám, které s sebou tento vývoj přináší. Celoživotní vzdělávání je odpovědí na otázku „jak neustrnout a zůstat aktivním členem společnosti v průběhu celého života“. Nutnost podpory celoživotního vzdělávání by z tohoto důvodu měla patřit k hlavním prioritám každé rozvíjející se moderní společnosti.

Věda, jejímž obsahem je vzdělávání dospělých, se nazývá andragogika. Další speciální subdisciplínou pedagogiky tvoří i věda, která se zabývá přímo vzděláváním seniorů, s názvem geragogika. Její význam můžeme chápat z dvojího pohledu. V první řadě ve vztahu k jednotlivci, především jako celkovou kultivaci osobnosti, která by měla přispět k eliminaci výskytu patologických jevů. Ve vztahu ke společnosti slouží edukace seniorů jako důležitý prvek měnící stereotypní pohledy a názory společnosti na stáří. Vzdělávání seniorů se však neomezuje pouze na období postproduktivní, tedy dobu obecně spojovanou s ukončením pracovního procesu, ale jeho důležitou částí je i preseniorské vzdělávání, jehož úkolem je jedince připravit na změny spojené s ukončením aktivního pracovního života a umožnit mu přeorientovat se na jiné, nové, nebo z různých důvodů dříve odkládané aktivity.

Přes všechna specifika, která musí být při edukaci seniorů zohledněna, platí i pro tuto vzdělávací skupinu obecné didaktické zásady, vedle jiného třeba položení důrazu na zásadu názornosti. Ta, pokud je kombinována společně s mluveným projevem, zvyšuje úspěšnost efektivního zapamatování předávané informace.

Kapitolu vzhledem k tématu diplomové práce uzavírá část věnovaná úskalím při vzdělávání seniorů v oblasti výpočetní techniky, která se projevila na základě konkrétních zkušeností několika autorů věnujících se této problematice.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 METODIKA A MATERIÁL

K ověření stanovených hypotéz byla zvolena metoda kvantitativně orientovaného výzkumu. Jako výzkumný nástroj šetření byl použit dotazník.

Dotazník - (viz příloha č. 1) obsahuje celkem **47 otázek** uzavřených a škálových, rozdělených do pěti tematických okruhů.

Okruh 1 (otázky č. 1 – 12)

První okruh zahrnuje otázky týkající se osobních údajů, jako je věk, pohlaví, vzdělání, bydliště, druh soužití, případné pracovní aktivity. Rovněž otázky mapující subjektivní hodnocení finanční situace a zdravotního stavu mohou významně ovlivnit aktivity seniorů, v tomto případě při osvojování dovedností a znalostí potřebných k využívání moderních technologií. První část otázek pak uzavírají dotazy vztahující se k zájmům a volnočasovým aktivitám seniorů. Tímto okruhem, především pak první částí otázek (věk, pohlaví, bydliště, ekonomická aktivita) je definován profil respondenta, který slouží v práci k formulaci jednotlivých ověřovaných hypotéz.

Okruh 2 (otázky č. 13 – 17)

Rychlý rozvoj moderních technologií a neschopnost na tyto nové trendy pružně reagovat, může u některých jedinců vzbuzovat pocit méněcennosti nebo dojem, že jsou v souvislosti s tímto handicapem vyřazováni z různých aktivit společenského života. Na to do jaké míry se senioři cítí diskriminováni svými znalostmi, schopnostmi, pojmy nebo konkrétním provedením jednotlivých technologií, hledá odpověď druhý okruh otázek.

Okruh 3 (otázky č. 18 – 30)

Třetí okruh zkoumá rozsah a frekvenci používání aktuálně diskutovaných moderních technologií seniory, v souvislosti s výhodami, nevýhodami, možnostmi a důvody, které jejich využívání ovlivňují. Jedná se o projekt tzv. S-karty, využití mobilních telefonů, platebních karet a počítačů.

Okruh 4 (otázky č. 31 – 44)

Jedním z podstatných důvodů negativního přijetí moderních technologií seniory a komunikace s nimi může být např. složitost ovládání nebo nesrozumitelně prezentované informace, spojené s praktickou stránkou obsluhy a využíváním těchto technologií, které jsou uživatelům zprostředkovávány formou návodů. Tomuto problému a zjištění, zda se v očích seniorů skutečně o problém jedná, je věnován celý čtvrtý okruh otázek. Odhaluje faktory, které negativně ovlivňují použitelnost a didaktiku návodů a nabízí k posouzení různé varianty manuálů, s cílem odhalit nejpreferovanější a tudíž nejvhodnější zpracování a podobu, odpovídající požadavkům seniorské populace. Na základě výsledků této kapitoly lze formulovat vhodná doporučení pro didaktiku ovládacích manuálů.

Okruh 5 (otázky č. 45 – 47)

Pátý okruh otázek je zaměřen na vybrané technologie, které senioři využívají nebo které by případně využívat chtěli a na zjištění, jakou formu předávání a získávání informací o daných technologiích považují senioři za nejpřínosnější. Otázky jsou tak přímo zaměřeny na zjištění požadavků této skupiny populace.

5.1 Zkoumaný soubor

Pro získání potřebných dat bylo osloveno celkem 162 respondentů ve věku 60 a více let, z celé České republiky. Velká část seniorů byla kontaktována osobně, část dat byla získána prostřednictvím elektronické pošty. Dotazovány byly pouze osoby schopné samostatného úsudku. Všichni kontaktovaní účastníci šetření byli s důvodem výzkumu a způsobem vyplňování buď ústně, nebo psanou formou seznámeni.

Celkem se dotazníkového šetření zúčastnilo 161 respondentů, z toho 99 žen a 62 mužů, ve věku 60 a více let. Podrobnější charakteristika datového souboru respondentů je součástí výsledků práce – kapitola 6.

5.2 Použité metody

Ke zpracování dotazníkových dat a ověřování hypotéz podporujících výzkumné cíle, byly použity různé metody. Jedná se např. o klasické metody popisné statistiky:

- tabelované hodnoty absolutních a relativních četností,
- průměry a směrodatné odchylky spojitých proměnných.

V práci se snažíme respektovat zkušenost, že lepší představu o struktuře odpovědí má pro čtenáře vyjádření relativní – v procentech. To však může být v případě malých počtů zavádějící. Proto při korektním postupu je nutné uvádět jak vyjádření absolutní, tak relativní. (Svatošová, Kába, 2012, s. 31) Zajímavé výsledky jednotlivých odpovědí jsou pak v práci vyjádřeny pomocí:

histogramů, grafů průměrů s intervaly spolehlivosti, případně grafy zobrazujícími rozptyl spojitých proměnných.

Další uplatněnou metodou pro vyhodnocení dat byla metoda testování statistických hypotéz. Díky této metodě je možné na základě náhodného výběru ověřit platnost existence statisticky průkazného vztahu mezi dvěma jevy či veličinami. Postup testování hypotéz lze shrnout do následujících bodů:

- formulace nulové hypotézy – H_0 , jejíž platnost můžeme pomocí statistického testu vyvrátit – obvykle tedy nulovou hypotézu formulujeme jako „neexistenci vztahu mezi sledovanými znaky“.
- volba statistického testu – podle typu proměnných a jejich základních statistických vlastností (např. četnosti, počtu případů v jednotlivých skupinách, atd.)
- provedení statistického testu – kalkulace hodnoty statistického testu,
- určení pravděpodobnosti platnosti nulové hypotézy na zvolené hladině pravděpodobnosti (v práci 95 %).

V případě, že pravděpodobnost hypotézy je na zvolené hladině pravděpodobnosti nižší, než tato hladina, nulovou hypotézu zamítáme – vyvrátili jsme její platnost. V takovém případě

platí hypotéza alternativní, což je logická negace hypotézy nulové – v popsaném příkladu „závislost mezi jevy existuje“ (Svatošová, Kába, 2012, s. 73).

Ke zpracování dat byly využity metody matematické statistiky implementované v softwarovém balíku Statistica v10 (STATISTICA, Statistica Inc., Tulsa, OK, USA). Zpracování výsledků práce je provedeno podle následujícího postupu pro jednotlivé okruhy otázek popsané výše:

- popisné charakteristiky výsledků, jejich tabelované či grafické vyjádření a popis a diskuze výsledků,
- stanovení výzkumných hypotéz pro ověření vztahu mezi proměnnými, které charakterizují profil respondenta a otázkami daného okruhu,
- provedení testování stanovených hypotéz podle druhu proměnných:
 - Chí-kvadrát statistika,
 - Jednocestná ANOVA (F-statistika),
- grafická interpretace výsledků potvrzených hypotéz a diskuze výsledků ve vztahu k problematice.
- Souhrnné poznatky dosažené pro danou otázku či jejich okruh vzhledem k problematice.

6 VÝSLEDKY A DISKUZE

Popisná statistika respondentů dotazníku

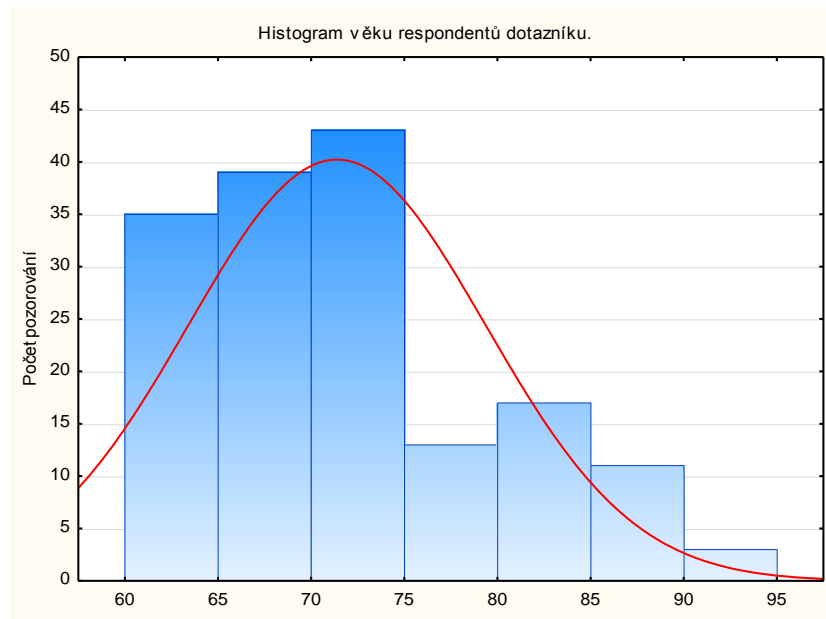
V této kapitole je uvedena popisná charakteristika respondentů dotazníku (otázky č. 1-12). Kapitola popisuje výsledky jednotlivých otázek, především za cílem podat základní přehled o skupině respondentů dotazníku a srovnání výsledků s běžně uváděnými údaji o populaci seniorů v České republice. Zmíněné otázky se dále v práci používají jako základní kategoriální či spojité proměnné pro úlohy testování formulovaných hypotéz či odvození dalších souvislostí skrytých v datech.

Analýza odpovědí proběhla s ohledem na základní uvedené informace – věk a pohlaví respondentů. Jako metody hodnocení byly využity metody popisné statistiky – tabelované frekvence odpovědí v jednotlivých kategoriích, tabulky vícenásobných odpovědí, histogramy a jednofaktorová analýza vícenásobných odpovědí ANOVA (analýzy související s věkem respondentů).

Soubor je tvořen počtem 161 dotazníků (příloha č. 1). Průměrný věk skupiny respondentů je **71.39 let** (minimální uvedený věk je 60 let, maximální 92). Průměr je charakterizován směrodatnou odchylkou 7.985 let. Přehled věkových kategorií uvádí tabulka č. 1. Dále jsou výsledky týkající se věku respondentů zobrazeny pomocí histogramu – graf č. 1.

	Počet	Kumulativní počet	Procent všech případů (%)
<= 60 < 65 let	35	35	21,7
<= 65 < 70 let	39	74	24,2
<= 70 < 75 let	43	117	26,7
<= 75 < 80 let	13	130	8,1
<= 80 < 85 let	17	147	10,6
<= 85 < 90 let	11	158	6,8
<= 90 < 95 let	1	161	1,9
Chybějící odpovědi	0	161	0,0

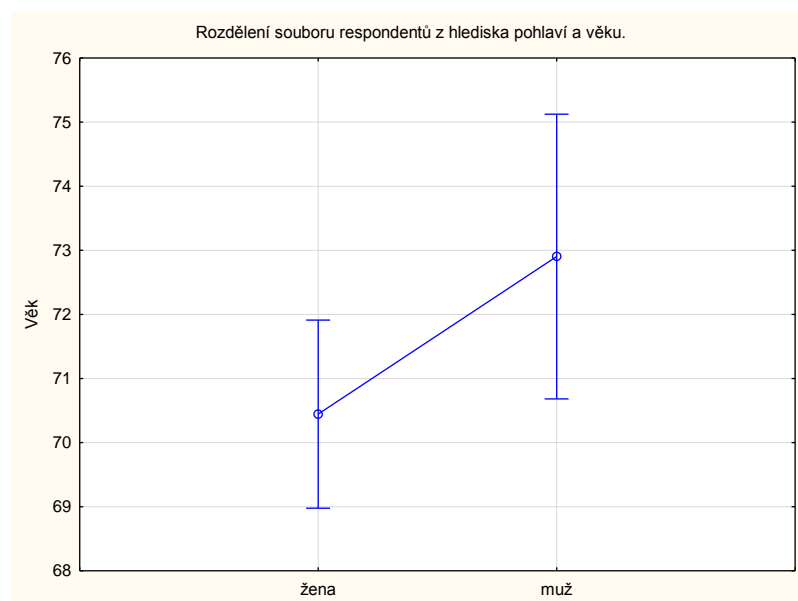
Tabulka 2. Věkové kategorie respondentů dotazníku.



Graf 1. Histogram věku respondentů dotazníku.

Z celkového počtu 161 respondentů odpovědělo na dotazník 99 (61%) žen a 62 (39%) mužů, což reflektuje rozdělení populace seniorů podle pohlaví (viz [http://www.czso.cz/csu/2010ediciplan.nsf/t/1100338FC0/\\$File/1417-10k01.1.pdf](http://www.czso.cz/csu/2010ediciplan.nsf/t/1100338FC0/$File/1417-10k01.1.pdf)).

Z hlediska věku respondentů a pohlaví nebyly v souboru respondentů zjištěny průkazné rozdíly – graf 2.



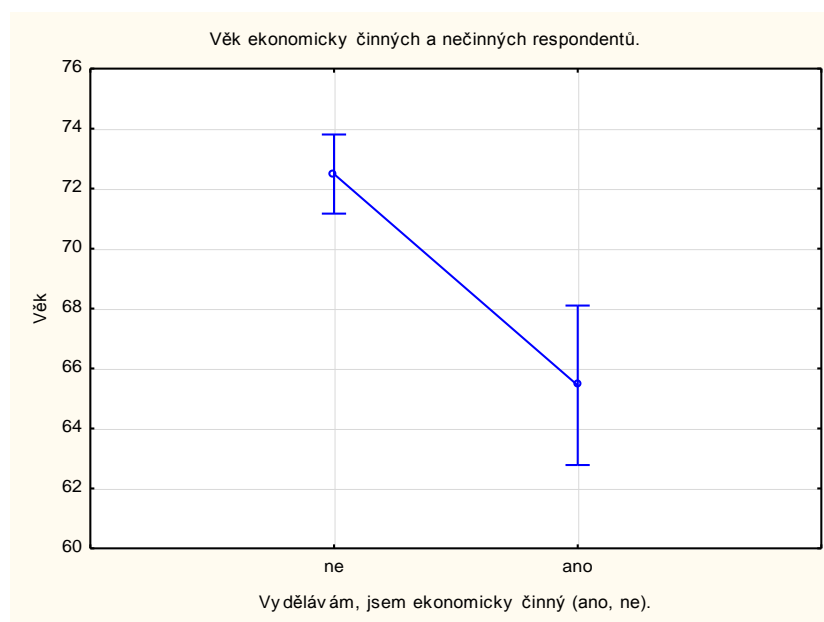
Graf 2. Pohlaví respondentů podle věku.

Dalším z hodnocených ukazatelů sociálního profilu respondentů dotazníku byla maximální dosažená úroveň vzdělání. Z celkového počtu 161 respondentů uvedlo základní vzdělání jako maximální dosaženou úroveň 54 (34%) respondentů, 79 (49%) respondentů uvedlo dosažené středoškolské vzdělání, 28 (17%) vysokoškolské vzdělání.

Otázka týkající se bydliště respondentů připouštěla s ohledem na další analýzu dat uvést 2 typy bydliště – na venkově či ve městě. Celkem 121(75%) respondentů uvedlo své bydliště ve městě, 40 (25%) na venkově. Na základě těchto výsledků je nutné dále vycházet např. v úlohách pro testování stanovených hypotéz.

Pátá otázka dotazníku měla za cíl zjistit u respondentů sociální zázemí, resp. typ sociálního prostředí, ve kterém aktuálně žijí. 101 (63%) respondentů uvedlo, že v současné době žije s partnerem, 23 (14%) respondentů uvedlo, že žije se svými dětmi, 35 (22%) samostatně, 2 v zařízeních pro seniory.

Pouze 25 (16%) z celkového počtu 161 respondentů uvedlo v rámci dotazníku, že jsou stále zaměstnaní či jinak ekonomicky činní, 136 (84%) respondentů odpovědělo na tuto otázku záporně. Z těchto počtů je stále ekonomicky činných 13 žen a 12 mužů. Průměrný věk výdělečně činných seniorů činí 65.44 let, průměrný věk skupiny, která není ekonomicky činná je 72.49 let. Tyto výsledky jsou znázorněny na grafu č. 3.



Graf 3. Skupiny ekonomicky činných a nečinných respondentů dotazníku.

Své současné finanční příjmy hodnotí jako dostatečné pouze 33 (21%) z celkového počtu respondentů. Jako téměř dostatečné hodnotí své příjmy 84 (52%) respondentů. Jako nedostatečné pak celkem 44 (27%) respondentů. Z hlediska pohlaví jsou výsledky poměrně vyrovnané ve skupinách hodnotících příjmy jako dostatečné (17 žen a 16 mužů) a jako téměř dostatečné (49 žen a 35 mužů). Výraznější je pak rozdíl ve skupině respondentů, kteří uvádějí své aktuální příjmy jako nedostatečné (33 žen, pouze 11 mužů) – graf č. 4.



Graf 4. Hodnocení dostatečnosti aktuálního finančního příjmu z hlediska pohlaví respondentů.

Z hlediska hodnocení dostatečnosti aktuálního finančního příjmu podle věku respondentů nebyly v hodnoceném souboru zjištěny průkazné rozdíly – graf č. 5. Zajímavým výsledkem však je, že jako nedostatečné hodnotí své aktuální příjmy spíše mladší senioři.



Graf 5. Hodnocení dostatečnosti aktuálního příjmu z hlediska věku respondentů.

Otázka č. 8 se vztahuje k subjektivnímu hodnocení vlastního zdravotního stavu respondentů. Jako uspokojivý hodnotí svůj zdravotní stav pouze 28 respondentů (17,4 %), jako téměř uspokojivý pak 107 respondentů (66,4 %), jako neuspokojivý 26 respondentů (16,2 %). Celkem 16 žen a 12 mužů z uvedených počtů uvedlo svůj zdravotní stav jako uspokojivý, 64 žen a 43 mužů jako téměř uspokojivý. Pouze 7 mužů hodnotí svůj zdravotní stav jako neuspokojivý, oproti tomu stejné hodnocení zvolilo 19 žen. Z hlediska hodnocení zdravotního stavu ve vztahu k věku respondentů nebyly zjištěny průkazné rozdíly.

Výsledky hodnocení otázky č. 9 vztahující se k hlavnímu zdroji informací o moderních technologiích jsou uvedeny v tabulce 2.

	Počet odpovědí	Procent z celkového počtu odpovědí (%)
TV	90	55,90
sociálním kontaktem	5	3,11
denní tisk	18	11,18
internet	27	16,77
rozhlas	21	13,04
Chybějící odpovědi	0	0,00

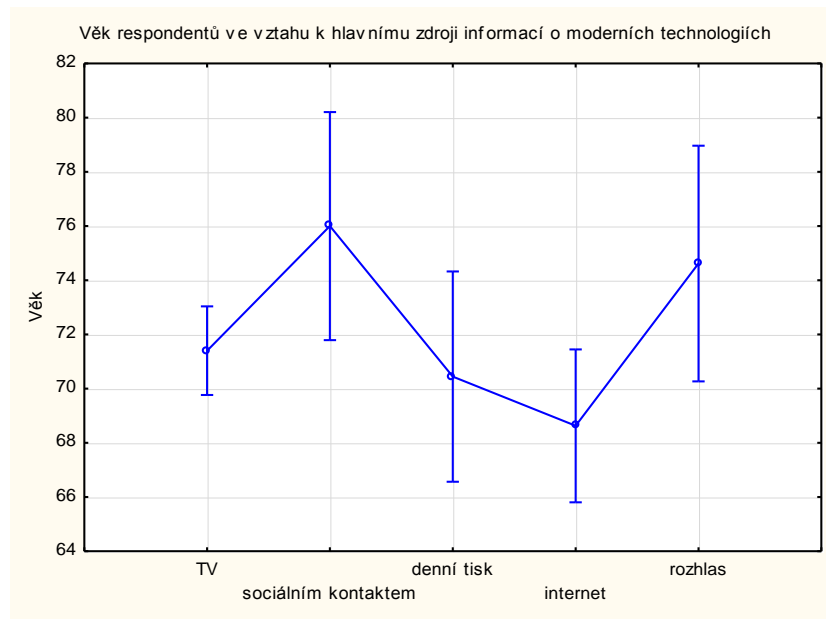
Tabulka 3. Hlavní zdroje informací o moderních technologiích.

V uvedených zdrojích informací převládá u populace seniorů televizní vysílání, následováno internetem a rozhlasem, dále pak denním tiskem. Žádný z respondentů neuvedl jako zdroj informací odborné publikace (periodika) a pouze 5 respondentů uvedlo jako hlavní zdroj sociální kontakt. Toto zjištění je poněkud překvapivé. Předpokladem je spíše úzký sociální kontakt např. v rámci rodiny, který však zřejmě není zaměřen tímto směrem. Z hlediska pohlaví respondentů jsou pak skupiny vytvořené podle hlavního uvedeného zdroje informací o moderních technologiích také vyrovnané – tabulka 3.

Pohlaví	TV	Sociální kontakt	Denní tisk	Internet	Rozhlas	Celkem
žena	59	3	11	14	12	99
muž	31	2	7	13	9	62
Všechny skupiny	90	5	18	27	21	161

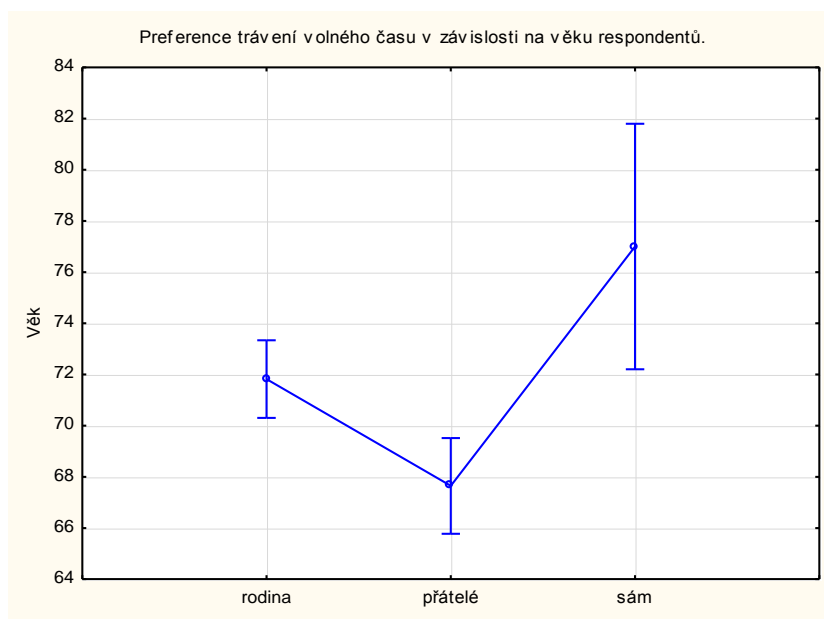
Tabulka 4. Počty odpovědí vypovídající o hlavním zdroji informací o moderních technologiích, z hlediska pohlaví respondentů.

Z hlediska věku respondentů nebyly zjištěny průkazné rozdíly ve využívaných zdrojích informací o moderních technologiích – je patrné pouze, že mladší senioři preferují využití internetu, jako zdroje informací, starší senioři pak rozhlas, sociální kontakt a televizní vysílání. Tyto výsledky potvrzují očekávání na základě obecně známých skutečností.



Graf 6. Uvedený hlavní zdroj informací o moderních technologiích ve vztahu k věku respondentů.

Většina respondentů 113 (70,2 %), uvedla jako odpověď na otázku, s kým nejraději tráví volný čas rodinu, 34 (21,1%) přátele, 14 (8,7 %) respondentů tráví svůj volný čas nejraději sami, žádný s respondentů neuvedl jako odpověď „s cizími lidmi“. Z uvedených počtů s rodinou tráví svůj volný čas nejraději 75 žen a 38 mužů, 19 žen a 15 mužů s přáteli a 5 žen a 9 mužů sami.



Graf 7. Preference trávení volného času v závislosti na věku respondentů.

Graf 7 zobrazuje preferovanou skupinu pro trávení volného času respondentů v závislosti na jejich věku. Z grafu je patrné, že mladší senioři preferují trávit svůj volný čas s přáteli, s rostoucím věkem je patrný posun preferencí k trávení volného času s rodinou či samostatně.

Aktivit pro seniory se účastní pouze 55 z celkového počtu 161 respondentů (34,2 %). Celkem 106 respondentů se těchto aktivit neúčastní (65,8 %). Graf č. 8 zobrazuje uvedené odpovědi k účasti na aktivitách pro seniory podle pohlaví respondentů.



Graf 8. Účast na aktivitách pro seniory podle pohlaví respondentů.

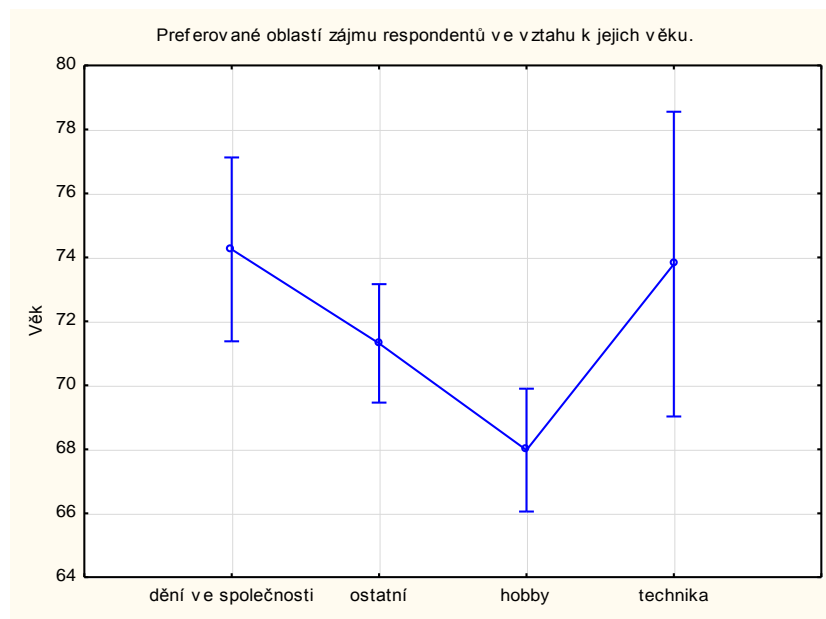
Z grafu je patrné, že pokud se aktivit pro seniory respondenti účastní, jedná se o vyšší počet žen, než odpovídající počet mužů v této skupině. Ve vztahu k věku respondentů neexistuje významný rozdíl v účasti na aktivitách pro seniory.

Otázka č. 14 byla zaměřena na zjištění hlavních oblastí zájmu respondentů. Výsledky shrnuje tabulka 4.

	Počet odpovědí	Procent (%)
dění ve společnosti	36	22,36
ostatní	64	39,75
hobby	42	26,09
technika	19	11,80
Chybějící odpovědi	0	0,00

Tabulka 5. Preference oblastí zájmu u respondentů.

Celkem 64 (40%) respondentů (47 žen a 17 mužů) uvedlo v dotazníkovém průzkumu preferovanou oblast zájmu jako „ostatní“. Tento výsledek ukazuje, že oblasti zájmu nebyly pro účely dotazníku dostatečně přesně specifikovány. Nejčetnější skupina respondentů 42 (26%) pak uvedla jako preferovanou oblast zájmů hobby činnosti (17 mužů, 25 žen), 36 (22%) respondentů uvedlo dění ve společnosti (11 mužů, 25 žen), 19 (12%) technické zájmy (17 mužů, 2 ženy).



Graf 9. Preferované oblasti zájmu respondentů ve vztahu k jejich věku.

Graf 9 zobrazuje preferované oblasti zájmů respondentů vzhledem k jejich věku. Z grafu je patrné, že hobby aktivitám se raději věnují spíše mladší senioři, s rostoucím věkem respondentů je patrný zájem spíše o dění ve společnosti, případně ostatní aktivity. Technické zájmy (přes nízký počet respondentů v této skupině) nejsou nijak výrazně věkově vymezeny.

Pocity diskriminace seniorů ve vztahu k moderním technologiím (otázky č. 13 – 17)

Tato kapitola se zabývá analýzou výsledků vztahující se k pocitům diskriminace způsobených moderními technologiemi, případně souvisejícími příčinami, u zkoumaného vzorku respondentů dotazníku. Jedná se tak o podrobný rozbor otázek č. 13-17 dotazníku (Příloha č. 1).

Pro analýzu výsledků jsou opět využity metody popisné statistiky, pro testování hypotéz u spojitých proměnných jednofaktorová ANOVA a pro testování hypotéz v souvislosti s kategoriálními proměnnými sociálního profilu respondentů ve vztahu k pocitům diskriminace Pearsonův Chí-kvadrát test.

Na otázku, zda se respondenti cítí diskriminováni v souvislosti se svým věkem, odpovědělo kladně 35 respondentů (21,7 %). Záporně pak 126 respondentů (78,3 %).

Celkem 79,80 % žen se necítí být diskriminováno svým věkem, 20,20 % (20) žen se cítí být věkem diskriminováno. Procento mužů, kteří se cítí být diskriminováni svým věkem, je 75,81%, 24,19 % mužů tento pocit nesdílí.

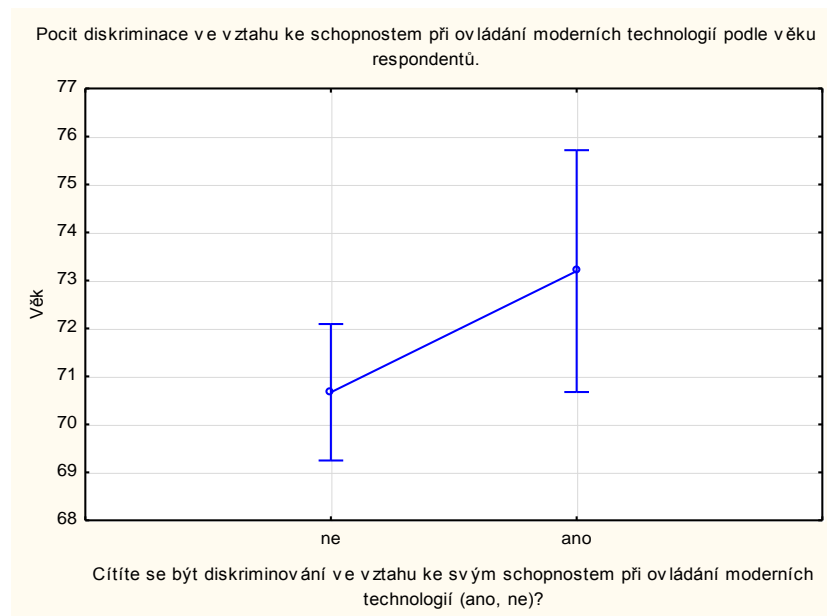
V souvislosti s hypotézou, že pocit diskriminace věkem nesouvisí s věkem respondentů, konstatujeme, že hypotéza nebyla podle našich výsledků vyvrácena. Pro proměnnou věk, jako efekt jednofaktorové analýzy variance ANOVA je hodnota F-statistiky rovna 0,000968, což na hladině pravděpodobnosti $\alpha=0,95$ odpovídá hodnotě pravděpodobnosti $p=0,975219$. Nelze tedy tvrdit, že nulová hypotéza (pohled na diskriminaci z hlediska věku) je platná.

Při testování hypotéz o souvislosti odpovědí v části dotazníku o sociálním profilu respondentů (otázky č. 1-12) a otázky týkající se pocitu diskriminace v souvislosti s věkem, nebyly zjištěny pomocí Pearsonova Chí-kvadrát testu žádné významné rozdíly. V souvislosti s moderními technologiemi se cítí být diskriminováno celkem 46 (28,6 %) respondentů. Ostatní respondenti 115 (71,4 %) se moderními technologiemi necítí být diskriminováno. Celkem se v souvislosti s moderními technologiemi necítí být diskriminováno 69 žen (69,7 %) a 46 mužů (74,2 %), oproti 30 (30,3 %) ženám a 16 (25,8 %) mužům, kteří se v této souvislosti cítí být diskriminováni. Hypotéza, že pocit diskriminace není ovlivněn věkem, není ani v tomto případě vyvrácena ($F=0,121518$; $p=0,727856$).

Při testování hypotéz o souvislosti odpovědí v části dotazníku o sociálním profilu respondentů (otázky č. 1-12) a otázky týkající se pocitu diskriminace v souvislosti s moderními technologiemi nebyly zjištěny pomocí Pearsonova Chí-kvadrát testu žádné významné rozdíly mezi skupinami danými odpověďmi na jednotlivé otázky. Žádná z nulových hypotéz o neexistenci vztahu mezi jednotlivými otázkami sociálního profilu respondentů a pocitem diskriminace v souvislosti s moderními technologiemi tak nebyla vyvrácena.

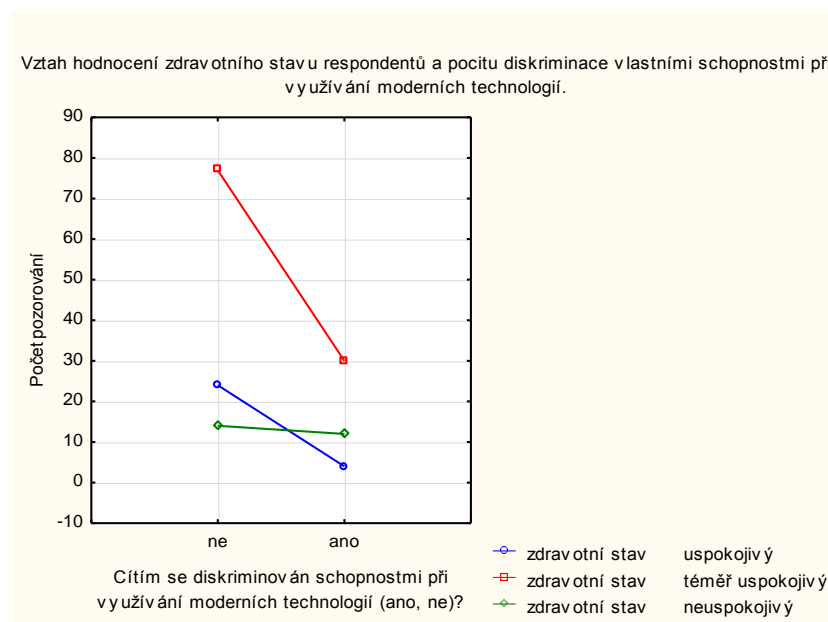
Svými schopnostmi v souvislosti s využíváním moderních technologií se cítí být diskriminováno celkem 46 (28,6 %) respondentů, z toho 30 žen (30,3 % všech žen) a 16 mužů (25,8 % všech mužů). Naopak, 115 respondentů (71,4 %) se necítí být svými schopnostmi ve vztahu k využívání moderních technologií diskriminováno.

Hypotéza o neexistenci vztahu mezi věkem a pocitem diskriminace ve vztahu ke schopnostem ve využívání moderních technologiích není ani v tomto případě vyvrácena ($F=3,336118$; $p=0,069650$). Je zde však patrný trend růstu pocitu diskriminace z popsaného důvodu s rostoucím věkem – viz graf 10.



Graf 10. Pocit diskriminace kvůli schopnostem respondentů při ovládnání moderních technologií podle věku respondentů.

Dále jsme formulovali nulové hypotézy o neexistenci vztahu mezi dalšími otázkami sociálního profilu respondentů a jejich pocitu diskriminace způsobeného schopnostmi při využívání moderních technologií. V případě hodnocení zdravotního stavu respondentů a pocitu diskriminace způsobeného využíváním moderních technologií byla nulová hypotéza vyvrácena ($\chi^2=6,753415$; $df=2$; $p=0,03416$). Výsledky pro jednotlivé skupiny respondentů podle odpovědi na obě otázky zobrazuje graf 11.



Graf 11. Pocit diskriminace kvůli schopnostem respondentů při ovládání moderních technologií podle hodnocení zdravotního stavu.

Z grafu je patrné, že skupina respondentů, kteří hodnotí svůj zdravotní stav jako neuspokojivý, má větší tendenci k pocitu diskriminace způsobenému vlastními schopnostmi při využívání moderních technologií, než ostatní skupiny respondentů, které hodnotí svůj zdravotní stav jako uspokojivý či téměř uspokojivý.

Žádná z dalších nulových hypotéz o neexistenci vztahu některé z otázek sociálního profilu respondentů vzhledem k pocitu diskriminace ve vztahu k schopnostem při využívání moderních technologií nebyla vyvrácena.

Způsobem provedení moderních technologií se cítí být diskriminováno 54 (33,5%) respondentů, z toho 36 (36,4%) ze všech žen a pouze 18 (29,0%) ze všech mužů.

Souvislost mezi věkem respondentů a pocitem diskriminace kvůli způsobu provedení moderních technologií nebyla prokázána, podobně jako souvislost s pohlavím respondentů.

Při testování dalších nulových hypotéz o neexistenci vztahu mezi jednotlivými otázkami sociálního profilu respondentů a pocitu diskriminace pramenícího ze způsobu provedení moderních technologií konstatujeme, že žádná z nulových hypotéz nebyla pomocí Chí-kvadrát testu vyvrácena.

Pojmy využívanými při ovládání moderních technologií se cítí být diskriminováno 44,1 % všech respondentů. Z celkového počtu žen se jedná o 45 (45,5%), z celkového počtu mužů pak o 26 (41,9%). Poměrně vysoké procento respondentů, kteří se cítí být používanými pojmy jakkoliv diskriminováni, ukazuje na nutnou osvětu mezi populací seniorů v této oblasti, případně na nutnost speciálního přístupu.

Souvislost mezi věkem respondentů a pocitem diskriminace způsobeným pojmy využívanými při ovládání moderních technologií nebyla prokázána ($F=0,25$; $p=0.6177$). Podobně nebyla prokázána žádná ze závislostí mezi zmíněným pocitem diskriminace a proměnnými sociálního profilu respondenta (otázky č. 2-12).

Z výše popsaných výsledků lze především odvodit, že nejvyšší procento respondentů, kteří se cítí být diskriminováni v souvislosti s moderními technologiemi, bylo sledováno u pocitů diskriminace způsobených pojmy používanými v souvislosti s ovládáním moderních technologií – 44,1 % všech respondentů, a to bez ohledu na jejich sociální profil. Na základě tohoto výsledku doporučujeme zaměření na didaktiku návodů, případně cílenou práci se seniory v této oblasti.

Vztah seniorů k vybraným moderním technologiím – S-Karta, platební karta, mobilní telefonie a internet (otázky č. 18 - 30)

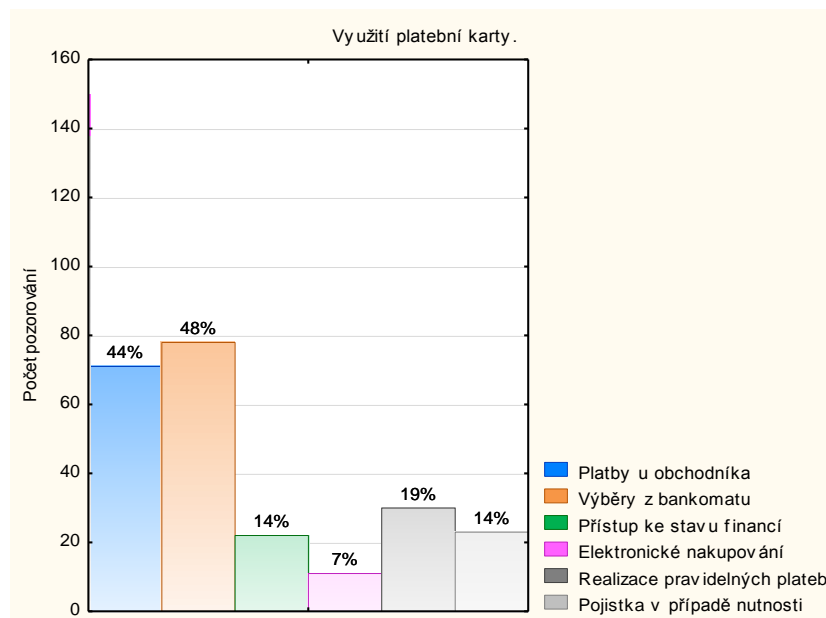
Následující text se zabývá podrobnější analýzou vztahu seniorů k moderním technologiím, které jsou v současnosti využívány. Jedná se o vztah k aktuálně hodně diskutované S-kartě, platebním kartám, mobilním telefonům a internetu. Vzhledem k plošnému rozšíření popsaných technologií v populaci předpokládáme, že i populace seniorů je seznámena se základními principy technologií a tyto ovlivňují její běžný životní styl.

Na otázku „Víte, co je S-karta?“ odpovědělo kladně 127 ze 161 seniorů, záporně pak 34. Aktivně kartu využívají 4 z dotazovaných. Používání S-karty jako výhodné shledává 10 dotazovaných, jako zbytečné 114 dotazovaných a jako nepřijatelné 28 dotazovaných. Tyto výsledky reflektují poměrně negativní vnímání celého projektu veřejností. Projekt byl prezentován v médiích s malým ohledem na benefity jeho využití a bylo poukázáno na chyby v realizaci i imperativ jeho použití veřejností. Tyto faktory pravděpodobně výrazně ovlivnily veřejné smýšlení o projektu, které se promítá i do našeho hodnocení. S tímto korespondují i výsledky otázky, která zjišťovala potenciální spatřované výhody ve využití S-karty.

V této otázce identifikovalo některou z nabízených možností jako výhodu pouze 61 respondentů, 100 odpověď nevedlo a lze tedy odvodit, že popsání výhody v používání karty nespatřují. 32 respondentů považuje za výhodu možnost realizace bezhotovostních plateb pomocí karty, pouze 14 úsporu času a námahy, 15 přehled o stavu svých financí. Hlavní nevýhody v použití S-karty spatřují respondenti v bezpečnostních rizicích 66 (41,00%), dále v nutnosti s kartou vůbec pracovat 20 (12,42%) a 18 respondentů pak ve ztrátě kontroly nad stavem svých financí (11,18%). Na otázku nevedlo žádnou odpověď 57 respondentů.

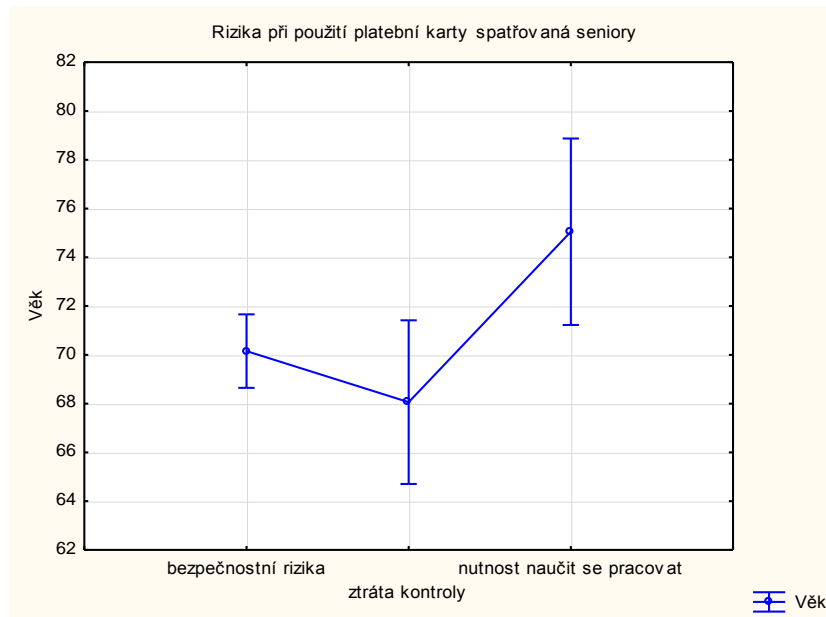
Hypotéza o vztahu žádného ze sledovaných ukazatelů profilu respondenta (věk, pohlaví atd.) nebyla potvrzena a jako výsledek tedy můžeme uvést, že sledovaný vzorek populace seniorů je o této technologii poměrně dobře informován, ale převládají u něj negativní pocity z jejího možného využití.

Celkem 85 (52,80 %) respondentů uvedlo, že používá platební kartu. Výsledky jejího použití vzorkem respondentů je zobrazen na grafu 12.



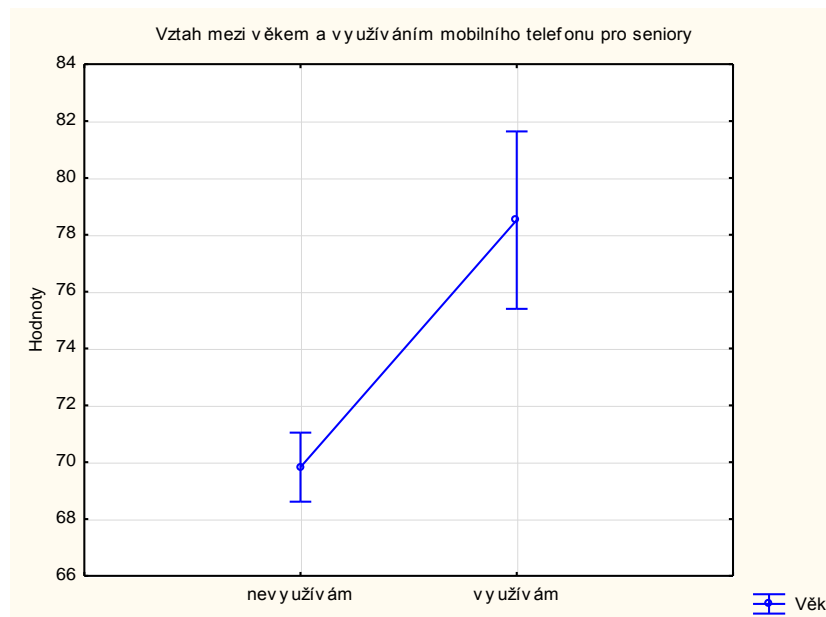
Graf 12. Využití platební karty seniory.

Z výsledků je patrné, že většina respondentů preferuje jako způsob využití platební karty výběr hotovosti z bankomatů či platbu u obchodníka. Ostatní možná využití tvoří spíše minoritní skupiny. Z hlediska největší nevýhody při využívání platebních karet zvolilo 103 (64%) respondentů bezpečnostní rizika, 20 (12%) respondentů nutnost naučit se s kartou pracovat a 16 (10%) ztrátu kontroly nad stavem financí. Celkem 22 (14%) respondentů odpověď na tuto otázku neuvádělo. Zajímavé výsledky je možno identifikovat při srovnání odpovědí na tuto otázku ve vztahu k věku respondentů. Výsledky tohoto srovnání jsou uvedeny v grafu 13. Z grafu je patrné, že starší respondenti spatřují hlavní riziko v nutnosti se s kartou naučit pracovat, kdežto mladší především v bezpečnostních rizicích či ztrátě kontroly nad stavem financí. Tento vztah byl shledán jako průkazný – platí hypotéza o vztahu věku a riziku pro využití platební karty identifikovaném seniory ($F=4,454116$; $p=0,013376$).



Graf 13. Rizika při použití platební karty spatřovaná seniory ve vztahu k jejich věku.

Z dotazu na frekvenci využívání mobilního telefonu vyplynulo, že několikrát denně používá mobilní telefon 59 (36%) respondentů, alespoň jedenkrát denně 53 (33%) respondentů, alespoň 1 x týdně 38 (24%) respondentů a vůbec pouhých 11 (7%) respondentů (6,83 %). Mobilní telefon tak můžeme mezi skupinou dotázaných považovat za poměrně rozšířenou technologii (93,17 % dotázaných). Z nabídky služeb mobilních telefonů využívá nejčastěji pro volání telefon 138 respondentů (85,71%), pouze 14 uvedlo jako hlavní službu posílání SMS zpráv, 9 respondentů odpověď na tuto otázku nevedlo a žádný nezvolil některou z jiných nabízených možností. Pouze 29 (18 %) dotázaných využívá mobilní telefon určený pro seniory. V této souvislosti je platná hypotéza o souvislosti mezi věkem respondentů a využitím této technologie. Výsledky jsou znázorněny v grafu 14, ze kterého je patrné, že mobilní telefony pro seniory jsou využívány převážně starší částí populace seniorů ($F=39,97266$; $p=0.0000$).



Graf 14. Vztah věku a využívání mobilních telefonů pro seniory.

Další skupina otázek dotazníku byla zaměřena na využití internetu a počítačů seniory. Celkem 77 respondentů uvedlo, že internet využívá, 56 (67%) jako důvod nepoužívání uvedlo, že necítí potřebu využití internetu, 5 (6%) respondentů jako hlavní důvod nevyužití spatřuje technickou náročnost technologie, 11 (13%) finanční náročnost a 12 (14%) respondentů jiný důvod. Respondenti používají internet nejčastěji doma 59, dále u rodiny 14 a 4 na veřejných místech.

Počítač nepoužívá celkem 52 % respondentů (84), k vyhledávání informací jej používá 25 % (41) respondentů, ke komunikaci 15 % (24), k zábavě 8 % (8) a k jiným účelům 2 % (4) respondentů. Mezi žádným z faktorů sociálního profilu respondentů (věk, pohlaví, vzdělání, ekonomická činnost) nebyla ani u jedné z těchto otázek prokázána žádná závislost a výsledky lze tedy považovat za generalizovatelné v rámci celého vzorku populace seniorů.

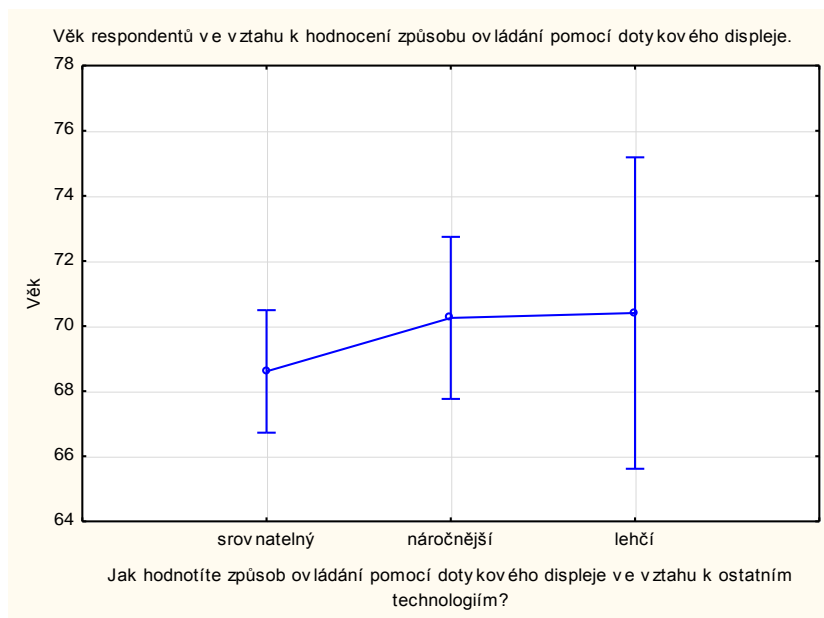
Pohled seniorů na složitost ovládní vybraných moderních technologií a didaktiku návodů (otázky č. 31- 44)

V této kapitole se zabýváme hodnocením vztahu seniorů – respondentů ke způsobu ovládní moderních technologií a didaktice návodů na jejich ovládní. Vzhledem

k formulaci otázek využíváme k podání základního přehledu především metod popisné statistiky a analýzy variance ANOVA ve vztahu k věku respondentů jako hlavního předpokládaného faktoru, který vztah respondentů v této oblasti ovlivňuje.

Na otázku, zda měli respondenti možnost pracovat s počítačovým tabletem, odpovědělo kladně pouze 18 respondentů (11,2 %), záporně 102 (63,4 %), odpověď „nevím, co je tablet“ uvedlo 41 z celkového počtu respondentů (25,4 %). Tyto výsledky vypovídají o obecně málo rozšířeném povědomí populace seniorů o zmíněné technologii, přesto, že tato se obecně jeví jako vhodná pro využití právě touto skupinou (viz http://notebooky.idnes.cz/seniori-ctou-lepe-na-tabletech-dek-vyrobcu.aspx?c=A130213_122318_software_mla).

Složitost ovládní zařízení pomocí dotykového displeje hodnotí jako lehčí pouze 10 respondentů (6,2 %), jako srovnatelnou 46 respondentů (28,6 %), a jako náročnější 44 respondentů (27,3 %). Odpověď na otázku neuvádělo 61 respondentů (37,8 %), pravděpodobně z důvodu, že nemělo možnost se s takovým zařízením setkat – viz předchozí odstavec.



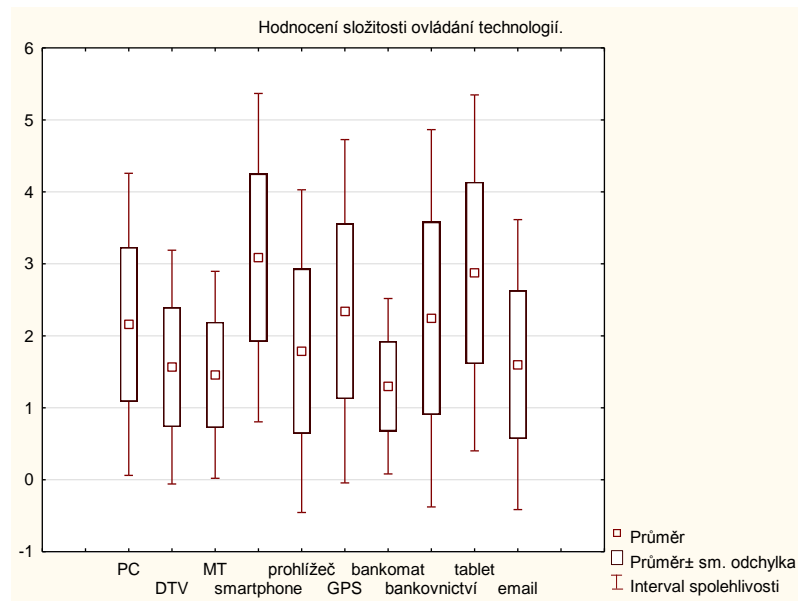
Graf 15. Hodnocení dotykového způsobu ovládní v porovnání s jinými způsoby ve vztahu k věku respondentů.

Na grafu 15 je zobrazen vztah mezi věkem respondentů a jejich pohledem na dotykový způsob ovládání v porovnání s ostatními způsoby ovládání. Je zde patrný trend hodnotit způsob dotykového ovládání jako náročnější s rostoucím věkem respondentů, naopak skupina respondentů, která hodnotí dotykové ovládání jako snazší, v porovnání s ostatními způsoby pokrývá široké věkové rozpětí seniorů.

V otázce č. 33 měli respondenti určit na stupnici od jedné do čtyř, jak složité se jim jeví ovládání popsaných technologií. Výsledky zobrazuje tabulka 5 a graf 16.

	Počet odpovědí	Průměr	Směrodatná odchylka
PC	88	2,16	1,07
DTV	115	1,57	0,83
MT	133	1,46	0,73
smartphone	23	3,09	1,16
prohlížeč	66	1,79	1,14
GPS	41	2,34	1,22
bankomat	70	1,30	0,62
bankovníctví	41	2,24	1,34
tablet	24	2,88	1,26
email	65	1,60	1,03

Tabulka 6. Hodnocení obtížnosti ovládání jednotlivých technologií.

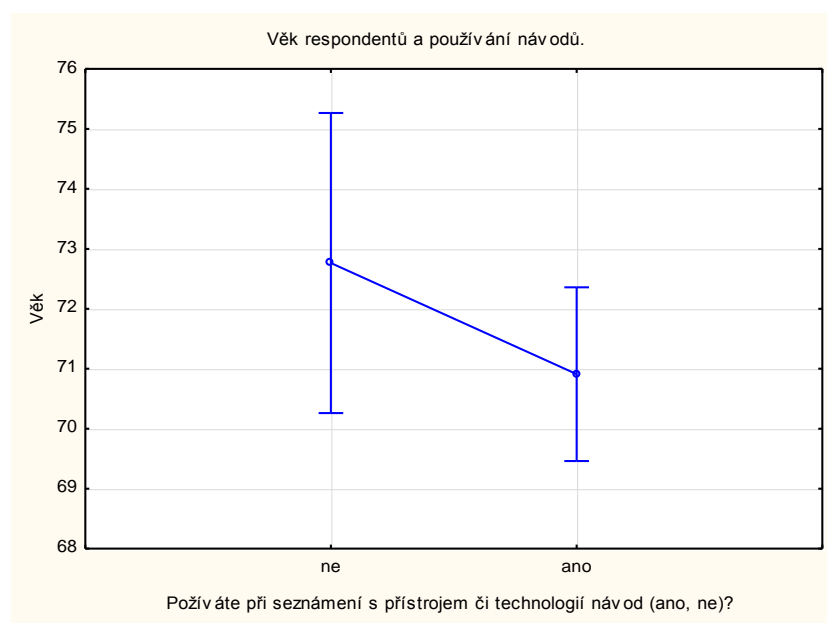


Graf 16. Hodnocení obtížnosti ovládnání jednotlivých technologií.

Jako nejobtížnější technologii z hlediska ovládnání zvolilo 23 respondentů chytrý telefon s průměrnou známkou obtížnosti ovládnání 3,09. Dále následuje počítačový tablet (2,88; 24 respondentů), GPS navigace (2,34; 41 respondentů), elektronické bankovníctví (2,24; 41 respondentů), počítač (2,16; 88 respondentů), internetový prohlížeč (1,79; 66 respondentů), digitální televize (1,57; 115 respondentů), mobilní telefon (1,46; 133 respondentů) a nejjednodušší ovládnání má podle 70 respondentů bankomat (1,30).

Výsledky ukazují, že větším skupinám seniorům se pochopitelně jeví jako snadněji ovladatelné technologie ty, se kterými přicházejí nuceně nebo dobrovolně častěji do styku (mobilní telefon, digitální televize). Menší skupiny respondentů, které se seznámily s méně plošně využívanými technologiemi (bankomat, email, internetový prohlížeč) však jejich ovládnání nehodnotí jako příliš složité (1,30; 1,60; 1,78). Dokazuje to, že senioři jsou schopni zvládnout poměrně lehce ovládnání těchto technologií, jakkoliv mezi nimi nejsou příliš hojně využívány.

Celkem 122 ze 160 odpovědí na otázku, zda respondent využívá s přístrojem či technologií dodaný návod, bylo kladných; pouze 38 respondentů návody nevyužívá, jedna odpověď nebyla uvedena. Přesto, že souvislost mezi věkem a používáním návodu není statisticky průkazná ($F=1,563265$; $p=0,21$), uvádíme graf tohoto vztahu Graf 17. Z grafu je patrné, že starší respondenti mají sklon poskytnuté návody spíše nepoužívat, což může být dané jejich obsahovou složitostí, nesrozumitelností, volbou použitých pojmů apod.



Graf 17. Věk respondentů a využívání návodu.

Tyto výsledky potvrzuje i analýza otázky týkající se hodnocení srozumitelnosti návodu (otázka č. 35). Jako nesrozumitelné hodnotí návody 35 respondentů ze 159 celkových odpovědí (21,7 % ze 161), jako částečně srozumitelné 106 (65,8 % ze 161 respondentů) a jako srozumitelné pouze 17 respondentů (10,6 %). Výsledky v jednotlivých skupinách respondentů podle hodnocení srozumitelnosti návodu ve vztahu k věku respondentů jsou uvedeny v grafu 18.



Graf 18. Hodnocení srozumitelnosti náv odů podle věku respondentů.

Hypotéza o neexistenci vztahu mezi věkem respondentů a hodnocení srozumitelnosti náv odů sice není statisticky vyvrácena ($F=2,541476$; $p=0,082028$), ale z grafu je patrný trend negativního hodnocení srozumitelnosti náv odů s rostoucím věkem respondentů.

	Počet odpovědí	Průměr	Směrodatná odchylka
Kvalita překladů	98	2,79	1,04
Používání odborných termínů	96	2,51	1,10
Popis praktického použití	97	2,51	1,16
Obsáhlost náv odů	108	2,46	1,12
Nepopsaný princip technologie	90	2,32	1,20
Absence schémat	91	2,31	1,19
Členění náv odů	94	2,26	1,10
Grafická úprava textu	94	2,10	1,11

Tabulka 7. Hodnocení faktorů, negativně ovlivňujících použitelnost náv odů.

Hodnocení faktorů, které negativně ovlivňují použitelnost návodů, získala nejvyšší průměrnou známku (2,79) kvalita překladů návodů, dále pak časté používání odborných termínů (2,51) a absence popisu praktického používání přístroje (2,50). Další výsledky jsou uvedeny v tabulce 6. Zajímavým faktem je poměrně vyrovnané hodnocení všech možných zmíněných faktorů – s průměrnou známkou 2,41, které napovídá, že zvolené faktory představují pro skupinu seniorů celkově spíše faktory, které negativně ovlivňují kvalitu návodů.

Další skupina otázek se zabývá zjištěním přístupu skupiny respondentů ke konkrétním způsobům ovládání technologií, které by jejich ovládání měly podle obecných předpokladů usnadnit, a ke konkrétní podobě návodů zaměřených na tuto cílovou skupinu respondentů.

Na otázku, zda by respondenti měli zájem o využití hlasového ovládání technologií, odpovědělo kladně 33 respondentů (20,5 %), záporně 79 respondentů (49,1 %). Tuto možnost ovládání si neumí představit celkem 49 respondentů (30,4 %). Především v této skupině respondentů se skrývá potenciál pro případné využití popsané technologie, u které existuje předpoklad výrazného usnadnění ovládání pro tuto specifickou skupinu populace.

Další skupina otázek se věnuje využití video návodů pro ovládání technologií u seniorů. Celkem 111 z celkového počtu 161 respondentů se domnívá, že by se naučilo používat technologii podle video návodu, 50 respondentů na tuto otázku odpovědělo záporně. Ve vztahu k využití video návodu se 106 respondentů ze 161 domnívá, že by se na jeho základě naučili používat i obslužný program k technologii. 47 respondentů se taktéž domnívá, že forma video návodu je lepší než ostatní formy návodů, 71 ji hodnotí jako srovnatelnou s ostatními, 43 jako nesrozumitelnou. Celkem 101 respondentů se domnívá, že forma video návodu je vhodná i pro jiné technologie, než je příklad uvedený v dotazníku, 59 respondentů má opačný názor. Celkově lze na základě výsledků konstatovat, že pro skupinu seniorů se jeví forma video návodu jako vhodná pro seznámení s funkcemi moderních technologií.

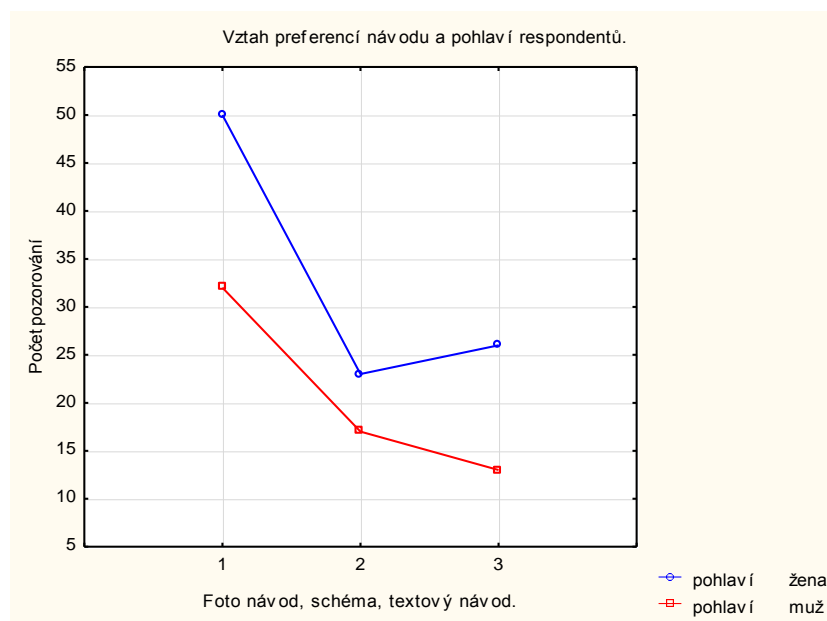
Otázky č. 42 a 43 jsou zaměřeny na průzkum možností využití tzv. QR kódu pro ovládání mobilního telefonu seniory. Pro 97 (60%) respondentů by popsané využití QR kódů představovalo usnadnění při práci s mobilním telefonem, 63 (39%) se toto nedomnívá, 1 (1%) odpověď nebyla uvedena. Celkem 104 (65%) respondentů z celkového počtu dotázaných by mělo zájem popsaný způsob využití používat, 55 (34%) odpovědělo záporně, 1odpověď (1%) nebyla opět uvedena. Na základě těchto výsledků navrhuje v práci konkrétní způsob využití QR kódů pro populaci seniorů.

Předmětem otázky č. 44 byla volba preferovaného způsobu návodu. První možností byl fotografický návod zobrazující postupně kroky ovládání mobilní aplikace s doprovodným textem. Druhá možnost popisovala stejný postup pomocí schematického znázornění jednotlivých kroků, třetí pak byla výhradně textovým popisem stejného postupu. První popsanou (foto návod s popisem) zvolilo celkem 82 (50,9%) z celkového počtu 161 respondentů. Jako nejsrozumitelnější volilo schematický popis 40 respondentů (24,9%), textový popis pouze 39 (24,2%) respondentů. Výsledky vzhledem k věku respondentů jsou zobrazeny v grafu 19. Z grafu je patrný příklon starších respondentů k tradiční (textové) formě návodu.



Graf 19. Preference formy návodu podle věku respondentů.

Podle výsledků neexistuje významný rozdíl v preferencích formy návodu mezi jednotlivými skupinami podle pohlaví respondentů – graf 20.



Graf 20. Preference formy návodu podle pohlaví respondentů.

Zájem seniorů o moderní technologie, způsob jejich využití a formu předání informací vhodných k seznámení s těmito technologiemi (otázky č. 45 - 47).

V této kapitole výsledků se snažíme zanalyzovat, které konkrétní moderní technologie senioři využívají, o kterých mají zájem dozvědět se více informací a jakou formu získání těchto informací preferují. Průzkum tak umožní formulovat doporučení pro praktické vzdělávání seniorů v této oblasti.

Výsledky týkající se technologií, které v současné době senioři využívají, shrnuje tabulka 8.

	Počet pozorování
Tablety	3
Elektronický podpis	5
Bezkontaktní platby	7
Smartphone	8
Kreativní počítačové programy	13
Elektronické nákupy	16
Chat	18
Projektory, zobrazovací média	20
GPS	24
Elektronické bankovníctví	26
Sledování internetového videa	30
Internetový prohlížeč	50
Email	57
Digitální fotografie	58
Platební karty	77
Mobilní telefon	150

Tabulka 8. Moderní technologie využívané respondenty.

Skupina seniorů, která tvoří respondenty dotazníku, uvedla, že mezi nejvyužívanější technologii pro ni představuje mobilní telefon (150 respondentů; 27 %). Oproti tomu smartphone, který je primárně využitelný pro stejnou funkcionalitu uvedlo jako používanou z vyjmenovaných technologií pouze 1 % respondentů (celkem 8). Znovu tak poukazujeme na nízké využití této technologie skupinou seniorů, přesto, že se pro ně z hlediska preferovaných služeb i možností využití dalších služeb a jednoduchostí ovládání jeví jako poměrně vhodná.

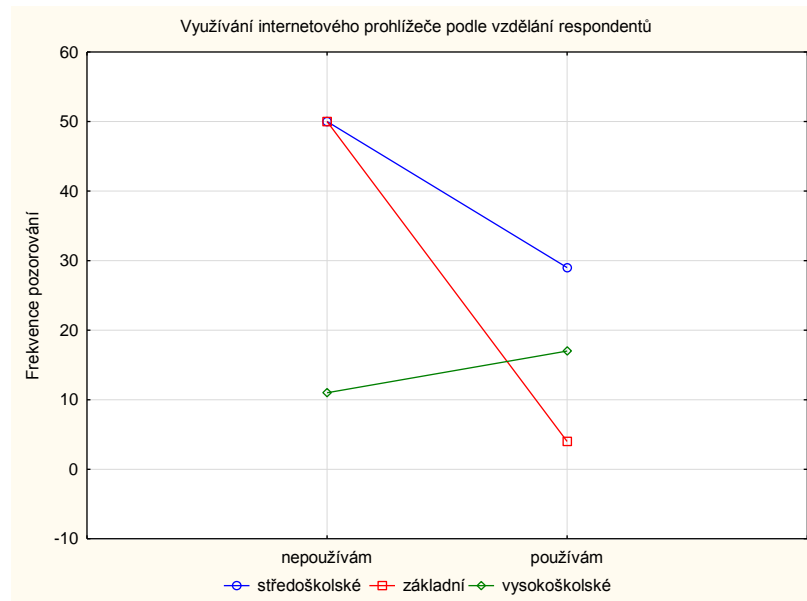
Skupina dotázaných seniorů dále poměrně často uvádí, že využívá technologii platebních karet (77 respondentů), digitální fotografie (58 dotázaných), emailu (57 dotázaných) a internetového prohlížeče (50 dotázaných). Ostatní vyjmenované technologie jsou respondenty uvedeny jako využívané s nižšími četnostmi (30 a méně). Poměrně překvapujícím výsledkem je malá četnost využívání ostatních služeb internetu (např. elektronické nakupování) ve srovnání s využíváním emailu. Na základě výše uvedených výsledků lze konstatovat, že skupina respondentů využívá spíše technologie, které jsou na dostupné poměrně dlouhou dobu a souvisí spíše s praktickým využitím denní potřeby, než technologie nové, určené primárně pro komunikaci nebo zábavu – viz tabulka 8. Obecně lze také konstatovat, že žádná z vyjmenovaných technologií není sledovanou skupinou využívána plošně – zjištěné počty v jednotlivých kategoriích jsou poměrně nízké ve srovnání s jinými kategoriemi populace.

Pro využívání druhé nejpoužívanější technologie – internetový prohlížeč jsme formulovali několik hypotéz ve vztahu v profilu respondenta (vztah k věku, pohlaví, vzdělání respondentů). Vztah věku respondentů k využívání internetového prohlížeče nebyl analýzou variance prokázán. Mezi průkazné výsledky patří vztah pohlaví respondentů a využití internetového prohlížeče – graf 21. Výsledek ukazuje, že internetový prohlížeč je procentuálně méně využíván ženami, než mužskými respondenty ($\chi^2=4,043798$; $df=1$; $p=0,04433$).



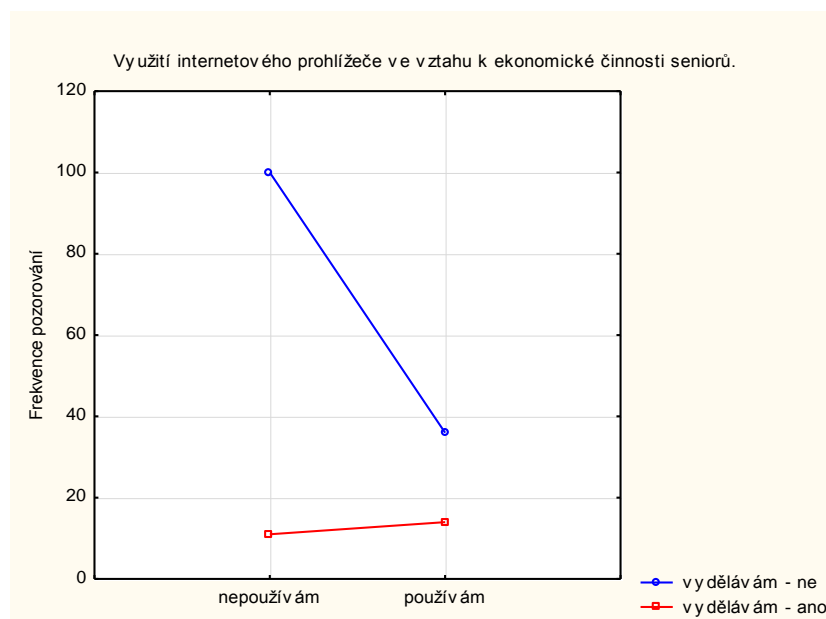
Graf 21. Využívání internetového prohlížeče podle pohlaví respondentů.

Také byl následně prokázán vztah mezi udaným vzděláním respondentů a využitím internetu ($\chi^2=26,78664$; $df=2$; $p=0,00000$) – graf 22. Výsledky ukazují poměrně vyšší využití internetového prohlížeče u respondentů s vysokoškolským vzděláním, nejnižší pak u respondentů se základním vzděláním. Můžeme tedy konstatovat, že využití internetu má souvislost se vzděláním respondentů. Na základě tohoto faktu by bylo jistě vhodné formou dalšího vzdělání pro skupinu seniorů využití popsané technologie popularizovat a zvýšit.



Graf 22. Využití internetového prohlížeče podle vzdělání respondentů.

Další testovanou hypotézou byla existence vztahu mezi využíváním internetu a ekonomickou činností seniorů. Byl potvrzen vztah mezi těmito dvěma jevy (Chí-kvadrát=8,600454; $df=1$; $p=0,00336$). Graf 23 zobrazuje výsledky v obou skupinách seniorů.



Graf 23. Vztah mezi ekonomickou činností seniorů a používáním internetu.

Výsledky ukazují na vyšší podíl využívání internetu ve skupině seniorů, která je stále ekonomicky aktivní. Je pravděpodobné, že přes současné poměrně levné služby v této oblasti, senioři, kteří nejsou ekonomicky činní, stále vidí v nákladech na využití internetu jeden z hlavních problémů. Dalším důvodem může být nižší věk této skupiny respondentů a s tím související zájem o moderní technologie. Také zapojení sociálních vazeb v rámci pracovního kolektivu může využití internetu pozitivně stimulovat.

Výsledky zájmu respondentů o získání nových nebo prohloubení stávajících znalostí vybraných technologií jsou zobrazeny v tabulce 9.

	Počet pozorování
Chat	6
Elektronické nákupy	7
Elektronické bankovníctví	9
Elektronický podpis	9
Projektory, zobrazovací média	10
Kreativní počítačové programy	10
GPS	11
Platební karty	13
Smartphone	14
Tablety	14
Sledování internetového videa	15
Bezkontaktní platby	18
Email	22
Digitální fotografie	22
Internetový prohlížeč	25
Mobilní telefon	43

Tabulka 9. Zájem respondentů o seznámení s vybranými technologiemi

Přesto, že mobilní telefon je nejpoužívanější technologií ve sledovaném vzorku populace seniorů, má i nejvyšší počet seniorů z této skupiny zájem se s touto technologií seznámit detailněji (43 respondentů). Celkově se dá ale konstatovat, že zájem této skupiny o seznámení s moderními technologiemi vyjmenovanými v přehledu je poměrně nízký (max. 43, min. 6 - chat). Podle skupin technologií můžeme naznačit, že zájem o další vzdělávání (seznámení s technologiemi) je především v oblasti mobilní komunikace, digitální fotografie, a služeb internetu. Oproti nízkému současnému využití tabletů (3 respondenti), má zájem o seznámení s nimi 15 respondentů. Stejnou situaci můžeme identifikovat pro smartphony a tablety, kde zájem o seznámení také převyšuje současnou míru využití. Na tyto oblasti se proto doporučujeme při případné aplikaci výsledků zaměřit v preferovaných formách vzdělávání seniorů.

Preferované formy předání informací o technologiích jsou zobrazeny v tabulce 10. Individuální přístup je nejfrekventovanější odpovědí seniorů pro formu předání informací o nových technologiích. Z hlediska pedagogického (pravděpodobně i sociálního) je jistě pro skupinu seniorů přínosem, otázkou zůstává praktická využitelnost a realizovatelnost takového výsledku. Poměrně čteně jsou však zastoupeny i další možnosti předání informací – manuály (které by mohly tvořit spíše doplňkovou formu v rámci praktických či teoretických forem předání informací), prezentace spojená s praktickou ukázkou a praktický kurz. Zde konstatujeme poněkud překvapivý výsledek – předpokládali bychom spíše preferenci možnosti využití praktického kurzu pro vyjmenované technologie. O seznámení s principem funkce moderních technologií, stejně jako o přednáškový, teoreticky zaměřený kurz, obecně není mezi respondenty zájem.

Výsledky této části práce doporučujeme využít zejména pro projekty vzdělávání seniorů v oblasti moderních technologií. Pro organizátory mohou být zdrojem informací pro formu i zaměření této oblasti vzdělávání.

	Počet pozorování	Procent [%]
chybějící odpovědi	1	0,62
kurz	2	1,24
populární publikace - princip	5	3,11
tematické školení	11	6,83
praktický kurz	26	16,15
prezentace a ukázka	34	21,12
manuály	36	22,36
individuální přístup	46	28,57

Tabulka 10. Preferované formy předání informací o moderních technologiích.

Populace seniorů má určitá specifika, kterými se liší od jiných věkových struktur a v případě zprostředkování informací o moderních technologiích je nutné formu předání informací o daném produktu přizpůsobit. Nejvíce respondentů preferuje individuální přístup. Zde lze zahrnout ústní předání informace o používání daného média s předvedením jeho funkcí, v případě nutnosti i opakovaně až do schopnosti zcela samostatně technologii využívat. Individuální přístup je nejčastěji možný v okruhu blízkých, mohou jej nabídnout např. rodinní příslušníci nebo přátelé. Seniorovi poskytnou technickou podporu do té doby, dokud se nenaučí s daným produktem pracovat a používat jej bez větších problémů. Za důležité můžeme považovat i manuály, které preferuje 36 respondentů a prezentace a ukázka, kterou by zvolilo 34 respondentů, 26 respondentů by preferovalo praktický kurz, tematické školení pak 11 respondentů. Kurz nebo populární publikaci - princip, jako formu předání informací o moderních technologiích, by

preferovalo méně než 10 respondentů, lze je tedy považovat za okrajové. Přístup k seniorské populaci z hlediska vzdělávání a předávání informací by měl být v každém případě alespoň částečně spojen s individuálním přístupem.

Výsledky této části práce doporučujeme využít zejména pro projekty vzdělávání seniorů v oblasti moderních technologií. Pro organizátory mohou být zdrojem informací pro formu i zaměření této oblasti vzdělávání.

ZÁVĚR

Cílem předkládané práce je analýza aktuálního vztahu seniorů k moderním technologiím s ohledem na aspekty komunikace. K této úloze bylo použito dotazníkové šetření ve skupině 161 respondentů.

V teoretické části práce jsou popsány dosavadní poznatky v oblastech, které se tématu dotýkají. Postavení seniorů v současné společnosti, změny ve stáří, vliv a sociální dopady moderních technologií na život seniorů. Poslední kapitola teoretické části se zabývá problematikou vzdělávání seniorů, jehož pevná koncepce a rychlé zavádění do praxe může přinést výrazné usnadnění integrace seniorů do společnosti.

Praktická část práce je zaměřena na vyhodnocení výsledků dotazníkového šetření ve vzorku populace seniorů. Dotazník je rozdělen do čtyř tematicky oddělených částí, které svým zaměřením odpovídají hlavním problémům komunikace seniorů s moderními technologiemi tak, jak byly identifikovány v teoretické části práce. Součástí dotazníku je také sociální profil respondentů, který slouží k formulování a ověřování hypotéz stanovených během výzkumu a identifikuje respondenty podle znaků, které jsou z hlediska dělení populace seniorů důležité.

Při hodnocení pocitu diskriminace ve vztahu seniorů k moderním technologiím lze konstatovat, že se senioři převážně necítí znevýhodnění nedostatečnými schopnostmi, což ovšem může souviset s obecně nízkou intenzitou využívání těchto technologií. Pouze minoritní část zkoumaného vzorku se cítila diskriminována svým věkem, znalostmi nebo provedením moderních technologií. Za nejvýznamnější diskriminační faktor byly označeny pojmy a názvosloví, používané při ovládání technologií.

Ze závěrů hodnocení, které se vztahuje k druhému tematickému okruhu a zabývá se vztahem seniorů ke konkrétním technologiím, vyplynula tato fakta: pokud jde o projekt S karta, je sledovaný vzorek populace seniorů o této technologii poměrně dobře informován, ale převládají u něj negativní pocity z jejího možného využití. Ze vztahu k platebním kartám je patrné, že starší respondenti spatřují hlavní riziko v nutnosti se s kartou naučit pracovat, kdežto mladší především v bezpečnostních rizicích či ztrátě kontroly nad stavem financí. Mobilní telefony jsou mezi seniory poměrně hojně využívány, přičemž přístroje vytvořené přímo pro tuto věkovou skupinu jsou využívány hlavně starší částí populace seniorů.

S počítačem a internetem pracuje zhruba polovina dotázaných respondentů, kteří ho používají nejvíce k vyhledávání informací. Nejsilnějším důvodem pro nevyužívání těchto technologií je názor seniorů, že je nepotřebují. Méně často pak uváděli finanční náročnost nebo jiné důvody.

Na základě výsledků vycházejících z části věnované didaktice a srozumitelnosti návodů k moderním technologiím můžeme konstatovat, že například srozumitelnost návodů skutečně není pro tuto skupinu dostatečná. Negativně je vnímána zejména kvalita překladů a obsáhlost návodů. Jako vhodnou formu návodu, zvolenou seniory, můžeme doporučit videonávody nebo fotografické návody zobrazující postupně jednotlivé kroky s doprovodným textem. Dotazovaným respondentům byla také prezentována metoda ovládní mobilního telefonu pomocí tzv. QR kódů. Tento způsob ovládní nevyžaduje vysokou míru aktivního zapojení uživatele, a proto existuje dobrý předpoklad využití tohoto způsobu cílovou skupinou dotazovaných. V praktické podobě lze QR kódy využít např. ve formě grafického listu, který by obsahoval kódy pro běžně vykonávané činnosti s mobilním telefonem nebo důležité telefonní kontakty. O prezentovaný způsob ovládní telefonu projeví dotazovaní zájem. Vzhledem k tomu, že respondenti zároveň neprojevili zájem o používání tzv. smartphonů, bylo by vhodné využít zmíněnou technologii také při vývoji mobilních telefonů pro seniory, čímž by došlo ke zvýšení jejich atraktivity.

Poslední část šetření potvrdila obecné předpoklady ohledně seniory nejčastěji využívaných moderních technologií. Za ty můžeme jednoznačně považovat mobilní telefony. Prokázán byl také dosti malý zájem o využívání a osvojování si nových technologií. Pozornost větší části respondentů, kteří projeví zájem o získání nových informací, obvykle směřovala k prohloubení stávajících poznatků, týkajících se již využívaných technologií. S tím byl spojen i dotaz na nejvhodnější formu získávání informací. Individuální přístup je nejfrekventovanější odpovědí seniorů pro formu předání informací o nových technologiích. Z hlediska pedagogického (pravděpodobně i sociálního) by jistě byl pro skupinu seniorů přínosem, otázkou ovšem zůstává možnost převedení takového poznatku do praxe.

Zajímavým řešením se silným synergickým efektem by mohly být společné školní či mimoškolní aktivity starších občanů a žáků základních nebo středních škol, zaměřené na prohlubování znalostí, schopností a dovedností seniorů ve vztahu k moderním technologiím.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

Monografie:

BAUMAN, Zygmunt. Tekutá modernost. 1. vyd. Překlad S Blumfeld. Praha: Mladá fronta, 2002, 343 s. Myšlenky (Mladá fronta), sv. 19. ISBN 80-204-0966-1.

BAUMAN, Zygmunt. Individualizovaná společnost. Vyd. 1. Překlad Martin Ritter. Praha: Mladá fronta, 2004, 290 s. Myšlenky (Mladá fronta), sv. 19. ISBN 80-204-1195-X.

BEDRNOVÁ, Eva. Psychologie a sociologie řízení. Vyd. 1. Praha: Management Press, 2002, 586 s. ISBN 80-726-1064-3.

BENEŠ, Milan. Andragogika. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008, 135 s.
ISBN 978-802-4725-802.

BOČKOVÁ, Věra. Celoživotní vzdělávání - výzva nebo povinnost?. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2000, 29 s. S.O.S. Evropa, 11. ISBN 80-244-0155-X.

ČEVELA, Rostislav, Zdeněk KALVACH a Libuše ČELEDOVÁ. Sociální gerontologie: úvod do problematiky. 1. vyd. Praha: Grada, 2012, 263 s.
ISBN 978-802-4739-014.

ČORNANIČOVÁ, Rozália. Edukácia seniorov: vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku. 2. dopl. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo UK, 2007, 163 s. ISBN 978-802-2322-874.

DRUCKER, Peter F. Postkapitalistická společnost. 1.vyd. Praha: Management Press, 1993, 197 s. ISBN 80-856-0331-4.

HARTL, Pavel. Psychologický slovník. 1.vyd. Praha: Jiří Budka, 1993, 297 s.
ISBN 80-901-5490-5.

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. Psychologický slovník. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000, 774 s. ISBN 80-717-8303-X.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. Fenomén stáří. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.

HLADÍLEK, Miroslav. Kapitoly z obecné didaktiky a didaktiky vzdělávání dospělých. Vyd. 2., přeprac. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2009, 186 s. ISBN 978-80-86723-75-4.

HUBÍK, Stanislav. Postmoderní kultura: úvod do problematiky. Olomouc: Nakl. Mladé Umění k Lidem, 1991, 55 p. ISBN 80-900-6049-8.

KALVACH, Zdeněk. Úvod do gerontologie a geriatry: integrovaný text pro interdisciplinární studium. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997, 193 s. ISBN 80-718-4366-0.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. Motivační prvky při práci se seniory. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, 202 s. Sestra. ISBN 978-802-4721-699.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Psychologie moudrosti a dobrého života. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, 138 s. Psyché (Grada). ISBN 978-802-4723-624.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Psychologie zdraví. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 279 s. ISBN 80-717-8551-2.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. Vývojová psychologie. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006, 368 s. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

LEIRMAN, Walter. Čtyři kultury ve vzdělávání: expert, inženýr, prorok, komunikátor. 1. vyd. Překlad Jiří Vymazal. Praha: Karolinum, 1996, 157 s. ISBN 80-718-4168-4.

LIPOVETSKY, Gilles. Éra prázdnoty: úvahy o současném individualismu. V čes. jaz. vyd. 1. Překlad Helena Beguivínová. Praha: Prostor, 1998, 269 s. Střed, sv. 20. ISBN 80-851-9074-5.

MACHALOVÁ, Mária. Psychológia vo vzdelávaní dospelých. 2. vyd. Bratislava: Gerlach Print, 2006, 222 s. ISBN 80-891-4207-9.

MACHALOVÁ, Mária a Viera PRUSÁKOVÁ. Získavanie nových cieľových skupín vo vzdelávaní dospelých: zborník z konferencie Získavanie nových cieľových skupín vo vzdelávaní dospelých. Bratislava 5. - 6. apríla 2001. Editor Mária Machalová, Viera Prusáková. Bratislava: Gerlach Print, 2004, 253 s. ISBN 80-891-4204-4.

MÜHLPACHR, Pavel. Gerontopedagogika. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2004, 203 s. ISBN 80-210-3345-2.

MÜHLPACHR, Pavel a Petr STANÍČEK. Geragogika pro speciální pedagogy. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2001, 115 s. ISBN 80-210-2510-7.

NEGROPONTE, Nicholas. Digitální svět: Being Digital / Nicholas Negroponte. Vyd. 1. Praha: Management Press, 2001, 207 s. ISBN 80-726-1046-5.

PACOVSKÝ, Vladimír a Hana HEŘMANOVÁ. Gerontologie. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1981, 298 s. ISBN 80-7013-109-8.

PALÁN, Zdeněk. Základy andragogiky. Praha: Vysoká škola J. A. Komenského, 2003, 199 s. ISBN 80-867-2303-8.

PETŘKOVÁ, Anna a Rozália ČORNANIČOVÁ. Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, 92 s. ISBN 80-244-0879-1.

PETŘKOVÁ, Anna a Naděžda ŠPATENKOVÁ. Vybrané kapitoly z psychologie dospělých: studijní texty pro distanční studium. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008, 71 s. ISBN 978-80-244-2101-8.

PICHANIČ, Mikuláš. Mezinárodní management a globalizace. Vyd. 1. Praha: C. H. Beck, 2004, xi, 176 s. ISBN 80-717-9886-X.

PICHAUD, Clément a Isabelle THAREAU. Soužití se staršími lidmi: praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky. 1. vyd. Překlad Abigail Kozlíková. Praha: Portál, 1998, 156 s. ISBN 80-717-8184-3.

PLHÁKOVÁ, Alena. Učebnice obecné psychologie. 1. vyd. Praha: Academia, 2004, 472 s. ISBN 80-200-1086-6.

PROCHÁZKA, Miroslav a Miroslav SOMR. Kapitoly z didaktiky vzdělávání dospělých. Vyd. 1. České Budějovice: V-Studio, 2008, 100 s. ISBN 978-80-254-1919-9.

PRŮCHA, Jan a Jaroslav VETEŠKA. Andragogický slovník. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012, 294 s. ISBN 978-802-4739-601.

RABUŠIC, Ladislav. Česká společnost stárne. Vyd. 1. V Brně: Georgetown, 1995, 192 s. ISBN 80-901-6042-5.

RABUŠICOVÁ, Milada a Ladislav RABUŠIC. Učíme se po celý život?: o vzdělávání dospělých v České republice. 1. vyd. Editor Milada Rabušicová, Ladislav Rabušic. Brno: Masarykova univerzita, 2008, 339 s. ISBN 978-80-210-4779-2.

SAK, Petr. Člověk a vzdělání v informační společnosti. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007, 290 s. ISBN 978-80-7367-230-0.

SCHIRRMACHER, Frank. Spiknutí metuzalémů: stáří má zelenou!. Vyd. 1. V Praze: Knižní klub, 2005, 206 s. ISBN 80-242-1496-2.

STUART-HAMILTON, Ian. Psychologie stárnutí. 1. vyd. Praha: Portál, 1999, 319 s. ISBN 80-717-8274-2.

SVATOŠOVÁ, Libuše a Bohumil KÁBA. Statistické metody I. Vyd. 1. V Praze: Česká zemědělská univerzita, 2007, 134 s. ISBN 978-802-1316-720.

SVATOŠOVÁ, Libuše a Bohumil KÁBA. Statistické metody II. Vyd. 1. V Praze: Česká zemědělská univerzita, 2008, 107 s. ISBN 978-802-1317-369.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. Přehled vývojové psychologie. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999, 175 s. ISBN 80-706-7953-0.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda. Gerontopsychologie: studijní texty pro kombinované studium. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2009, 1 CD-ROM. ISBN 978-80-244-2474-3.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda. Gerontagogika. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, 84 s. ISBN 978-80-244-2893-2.

TARCSIOVÁ, Darina. Sluchové postihnutie vo vyššom veku. 1, vyd. Nitra: Effeta, 2005, TOFFLER, Alvin. The third wave. London: Pan Books, 1981, 543 s. ISBN 03-302-6337-4.

VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007, 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie. Dětství, dospělost, stáří. 1. vyd. Praha: Portál, 2000, 522 s. ISBN 80-717-8308-0.

VENGLÁŘOVÁ, Martina. Problematické situace v péči o seniory: příručka pro zdravotnické a sociální pracovníky. Vyd. 1. Praha: Grada, 2007, 96 s. ISBN 978-802-4721-705.

ZAVÁZALOVÁ, Helena. Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2001, 97 s. ISBN 80-246-0326-8.

Internetové zdroje:

SMÉKALOVÁ, Lucie. **Časopis pro pedagogiku v souvislostech.** Psychodidaktika a její význam ve vyučování [online]. 2005, č. 1 [cit. 2013-02-26 20:21]. Dostupné z: <http://paidagogos.net/>

Gerontagogika, gerontopedagogika, geragogika. In: Andromedia [online]. 2009 [cit. 2013-02-17 20:25]. Dostupné z: <http://www.andromedia.cz/andragogicky-slovník/gerontagogika-gerontopedagogika-geragogika>

Glaukom. In: VELKÝ LÉKAŘSKÝ SLOVNÍK [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 18:10]. Dostupné z: <http://lekarske.slovníky.cz/pojem/glaukom>

Hardware. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 19:00]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Hardware>

Informační gramotnost - teorie a praxe v ČR. In: Národní knihovna [online]. 2004 [cit. 2013-02-17 19:25]. Dostupné z: <http://knihovna.nkp.cz/nkkr0401/0401007.html>

Internet. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 19:10]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Internet>

Jak postupovat při zmenšování digitální propasti. In: Computerworld [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 20:02]. Dostupné z: <http://computerworld.cz/hardware/studie-jak-postupovat-pri-zmensovani-digitalni-propasti-75>

Katarakta. In: Velký lékařský slovník [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 18:05]. Dostupné z: <http://lekarske.slovniky.cz/pojem/katarakta>

Makulární degenerace. In: VELKÝ LÉKAŘSKÝ SLOVNÍK [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 18:10]. Dostupné z: <http://lekarske.slovniky.cz/pojem/makularni-degenerace>

Mobilní telefon. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 20:20]. Dostupné z: http://cs.wikipedia.org/wiki/Mobiln%C3%AD_telefon

Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 (Kvalita života ve stáří). In: Ministerstvo práce a sociálních věcí [online]. 2008 [cit. 2013-02-17 18:00]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/5045#is>

Pojem naučená bezmocnost. In: ABZ slovník cizích slov [online]. 2006 [cit. 2013-02-17 20:08]. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/naucena-bezmocnost>

Senioři v České republice. In: ČSÚ [online]. 2010 [cit. 2013-02-25 23:30]. Dostupné z: 1. [http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/t/1100338FC0/\\$File/1417-10k01.1.pdf](http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/t/1100338FC0/$File/1417-10k01.1.pdf)

SKarta. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 20:11]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/SKarta>

Software. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2013-02-17 19:05]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Software>

Tablety jsou výborné pro seniory, ti si to ale neuvědomují. In: *Technet.cz* [online]. 2013 [cit. 2013-02-24 22:20]. Dostupné z: http://notebooky.idnes.cz/seniori-ctou-lepe-na-tabletech-dek-vyrobci.aspx?c=A130213_122318_software_mla

Další zdroje:

Univerzita třetího věku: historie, současnost a perspektivy dalšího rozvoje: sborník příspěvků z konference konané u příležitosti 20. výročí založení Univerzity třetího věku na MU 6. - 7. dubna 2010 v Brně. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2010, 183 s. ISBN 978-80-210-5158-4.

MÜHLPACHR, Pavel a kol. Sociální pedagogika II. Brno, 2011. Institut mezioborových studií Brno.

NOVOTNÝ, Jan Sebastian. Psychologie zdraví a duševní hygiena pro sociální pedagogy. Brno, 2009. Institut mezioborových studií Brno.

SEZNAM OBRÁZKŮ

Graf 1. Histogram věku respondentů dotazníku.	82
Graf 2. Pohlaví respondentů podle věku.	82
Graf 3. Skupiny ekonomicky činných a nečinných respondentů dotazníku.	83
Graf 4. Hodnocení dostatečnosti aktuálního finančního příjmu z hlediska pohlaví respondentů.	84
Graf 5. Hodnocení dostatečnosti aktuálního příjmu z hlediska věku respondentů.	85
Graf 6. Uvedený hlavní zdroj informací o moderních technologiích ve vztahu k věku respondentů.	87
Graf 7. Preference trávení volného času v závislosti na věku respondentů.	88
Graf 8. Účast na aktivitách pro seniory podle pohlaví respondentů.	89
Graf 9. Preferované oblasti zájmu respondentů ve vztahu k jejich věku.	90
Graf 10. Pocit diskriminace kvůli schopnostem respondentů při ovládání moderních technologií podle věku respondentů.	92
Graf 11. Pocit diskriminace kvůli schopnostem respondentů při ovládání moderních technologií podle hodnocení zdravotního stavu.	93
Graf 12. Využití platební karty seniory.	96
Graf 13. Rizika při použití platební karty spatřovaná seniory ve vztahu k jejich věku.	97
Graf 14. Vztah věku a využívání mobilních telefonů pro seniory.	98
Graf 15. Hodnocení dotykového způsobu ovládání v porovnání s jinými způsoby ve vztahu k věku respondentů.	99
Graf 16. Hodnocení obtížnosti ovládání jednotlivých technologií.	101
Graf 17. Věk respondentů a využívání návodů.	102
Graf 18. Hodnocení srozumitelnosti návodů podle věku respondentů.	103
Graf 19. Preference formy návodu podle věku respondentů.	105
Graf 20. Preference formy návodu podle pohlaví respondentů.	106
Graf 21. Využívání internetového prohlížeče podle pohlaví respondentů.	109
Graf 22. Využití internetového prohlížeče podle vzdělání respondentů.	110
Graf 23. Vztah mezi ekonomickou činností seniorů a používáním internetu.	110

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1. Prognóza věkové struktury populace v jednotlivých zemích:	16
Tabulka 2. Věkové kategorie respondentů dotazníku	81
Tabulka 3. Hlavní zdroje informací o moderních technologiích.	86
Tabulka 4. Počty odpovědí vypovídající o hlavním zdroji informací o moderních technologiích, z hlediska pohlaví respondentů.....	86
Tabulka 5. Preference oblastí zájmu u respondentů.	89
Tabulka 6. Hodnocení obtížnosti ovládnání jednotlivých technologií.	100
Tabulka 7. Hodnocení faktorů, negativně ovlivňujících použitelnost návodů.	103
Tabulka 8. Moderní technologie využívané respondenty.	107
Tabulka 9. Zájem respondentů o seznámení s vybranými technologiemi	111
Tabulka 10. Preferované formy předání informací o moderních technologiích.	113

SEZNAM PŘÍLOH

Přílohač.1 Dotazník

PŘÍLOHA P I:

DOTAZNÍK

Vážení respondenti,

chtěla bych Vás laskavě požádat o vyplnění následujícího dotazníku, jehož cílem je zjistit Váš vztah k moderním technologiím a identifikovat problémové oblasti jejich využívání.

Pokud si nejste jistý/á, jak na nějakou otázku odpovědět, vyberte takovou odpověď, která se Vám zdá nejhodnější a označte ji křížkem. Často to bývá ta, která Vás napadne jako první.

Všechna získaná data jsou anonymní a budou použita pouze pro potřeby tohoto výzkumu.

Mnohokrát Vám děkuji za ochotu a spolupráci, bez které bych se při zpracování diplomové práce neobešla.

Lenka Biječková, studentka Fakulty humanitních studií Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně.

1. Uveďte prosím svůj věk:

Věk	
-----	--

2. Pohlaví:

žena		muž	
------	--	-----	--

3. Vzdělání:

základní		středoškolské		vysokoškolské	
----------	--	---------------	--	---------------	--

4. Bydliště:

venkov		město	
--------	--	-------	--

5. Žiji:

samostatně		s partnerem		s dětmi		v zařízení pro seniory	
------------	--	-------------	--	---------	--	------------------------	--

6. Jste stále zaměstnaní či jinak výdělečně činní?

ano		ne	
-----	--	----	--

7. Aktuální výše mých příjmů se mi vzhledem k uspokojování běžných životních potřeb zdá:

nedostatečná		téměř dostatečná		dostatečná	
--------------	--	------------------	--	------------	--

8. Svůj zdravotní stav byste hodnotili jako

neuspokojivý		téměř uspokojivý		uspokojivý	
--------------	--	------------------	--	------------	--

9. Pomocí kterého informačního zdroje se dovídáte nejvíce aktuálních informací? **Volte prosím pouze jednu možnost.**

sociálním kontaktem		TV		internet		rozhlas		denní tisk		odborná periodika	
---------------------	--	----	--	----------	--	---------	--	------------	--	-------------------	--

10. Svůj volný čas trávíte nejraději s: **Volte prosím pouze jednu možnost.**

rodinou		přáteli		cizími lidmi		sám	
---------	--	---------	--	--------------	--	-----	--

11. Účastníte se aktivit pro seniory?

ano		ne	
-----	--	----	--

12. Oblastí Vašich zájmů je především: **Volte prosím pouze jednu možnost.**

technika		dění ve společnosti		hobby aktivity		ostatní	
----------	--	---------------------	--	----------------	--	---------	--

13. Cítíte se jakkoliv diskriminováni kvůli svému věku?

ano		ne	
-----	--	----	--

27. Pokud nevyužíváte internet, jaký k tomu máte důvod (volte pouze jednu možnost - hlavní důvod)?

internet využívám	domnívám se, že ho nepotřebuji	finanční náročnost	technická náročnost	jiný důvod
-------------------	--------------------------------	--------------------	---------------------	------------

28. Kde využíváte internet nejčastěji? Volte prosím pouze jednu možnost.

doma	u rodiny	u přátel	na veřejných místech
------	----------	----------	----------------------

29. Které služby internetu využíváte nebo byste chtěli využívat?

sociální sítě	elektronické nakupování	email	zábava	vyhledávání informací a aktualit	jiné	žádné
---------------	-------------------------	-------	--------	----------------------------------	------	-------

30. Počítač používáte především k (volte jednu možnost - nejfrekventovanější použití):

komunikace	zábava	nakupování	vyhledávání informací	přehrávání multimédií	jiné účely	nepoužívám
------------	--------	------------	-----------------------	-----------------------	------------	------------

31. Měli jste možnost pracovat s tabletem (iPad)?

ano	ne	nevím, co je tablet
-----	----	---------------------

32. Jak hodnotíte složitost - způsob ovládání - pomocí dotykového displeje ve srovnání s ostatními technologiemi - např. počítačem?

lehčí	srovnatelný	náročnější
-------	-------------	------------

33. Ohodnoťte na stupnici od 1 (nejlehčí) do 4 (nejtěžší), jak vnímáte obtížnost ovládání uvedených technologií, pokud technologii neznáte, nehodnoťte ji:

počítač	navigace GPS
digitální televize	bankomat
mobilní telefon	elektronické bankovníctví
smartphone	počítačový tablet
internetový prohlížeč	email

34. Využíváte při seznámení s novým přístrojem či technologií přiložené (jinak dostupné) návody?

ano	ne
-----	----

35. Jak hodnotíte obecně srozumitelnost návodů poskytovaných k moderním přístrojům či technologiím?

nesrozumitelné	částečně srozumitelné	srozumitelné
----------------	-----------------------	--------------

36. Ohodnoťte na stupnici od 1 (neovlivňuje) - 4 (velmi ovlivňuje) faktory, které podle vás negativně ovlivňují použitelnost návodů.

Absence schémat vysvětlujících základní funkce	Grafická úprava textu (velikost písma, velikost formátu návodu atd.)
Špatná kvalita a srozumitelnost českých překladů	Časté používání odborných termínů
Obsáhlost návodů	Nelogické členění návodů
Návod nepopisuje běžné úkony s přístrojem vycházející z jeho praktického používání	Nepopisují princip fungování technologie

37. Měli byste zájem o hlasové ovládání technologií?

ano	ne	neumím si představit
-----	----	----------------------

Na následujících obrázcích je zobrazeno použití videonávodu k nastavení času na mobilním telefonu. Videonávod je možné libovolně krokovat, pouštět znovu, obsahuje doprovodný komentář. Video je součástí knihovny návodů, ze které je možné jednoduše vybrat daný návod ke zhlédnutí.



38. Myslíte si, že byste se pomocí videonávodu naučili zařízení ovládat?

ano	<input type="checkbox"/>	ne	<input type="checkbox"/>
-----	--------------------------	----	--------------------------

39. Myslíte si, že byste se pomocí videonávodu naučili ovládat obslužný program?

ano	<input type="checkbox"/>	ne	<input type="checkbox"/>
-----	--------------------------	----	--------------------------

40. Je podle vás tato forma návodu:

nesrozumitelná	<input type="checkbox"/>	lepší než ostatní	<input type="checkbox"/>	srovnatelná s ostatními	<input type="checkbox"/>
----------------	--------------------------	-------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------

41. Myslíte si, že videonávody jsou vhodné i pro další technologie (elektronické bankovníctví, ovládání počítače, atd.)?

ano	<input type="checkbox"/>	ne	<input type="checkbox"/>
-----	--------------------------	----	--------------------------

Na následujících obrázcích jsou vytištěny tzv. **QR kódy**, kterými lze ovládat telefon. Přiblížením telefonu ke kódu se vytočí telefonní číslo (nebo otevře internetový odkaz) zakódovaný v obrázci. Kódy je možné umístit na tištěnou stránku víc a vytvořit tak vlastní telefonní seznam nejpoužívanějších čísel, bez nutnosti standardního vytáčení nebo hledání v seznamu mobilního telefonu. Příklad vlastního seznamu:

Volej nemocnici!	
Dcera Lenka	
Syn Václav	

42. Usnadnilo by vám popsané využití ovládání mobilního telefonu?

ano	<input type="checkbox"/>	ne	<input type="checkbox"/>
-----	--------------------------	----	--------------------------

43. Měli byste zájem o využití popsané technologie pro ovládání mobilního telefonu?

ano	<input type="checkbox"/>	ne	<input type="checkbox"/>
-----	--------------------------	----	--------------------------

44. Na následujících obrázcích jsou vyobrazeny 3 typy návod na zaslání SMS pomocí mobilního telefonu. Označte prosím jeden návod (zakroužkujte jeho název), který se vám zdá nejlépe srozumitelný.

Návod 1



1. Prstem se dotkněte ikony na obrázku.

2. Zvolte příjemce SMS.

3. Zadejte text zprávy.

4. Zeleným tlačítkem **Send** zprávu odešlete.

Návod 2



Návod 3

1. Uvedte telefon do pohotovostního režimu.
2. Zvolte na pravém dolním okraji obrazovky druhou ikonu zprava dotykem prstu. Tato ikona spustí aplikaci pro zaslání SMS.
3. Aplikace umožňuje vybrat příjemce SMS ze zobrazeného seznamu. Pokud se příjemce nenachází v zobrazeném seznamu, zmáčkněte tlačítko pro přechod do seznamu kontaktů - více viz str. 35 návodu.
4. Na zobrazené virtuální klávesnici vyplňte text zprávy, který je zobrazen v poli nad klávesnicí.
5. Po zadání textu zprávy odešlete zprávu příjemci pomocí tlačítka **Send** vedle okna s textem zprávy.

45. Zvolte tematické okruhy pro technologie, které v současné době používáte:

Mobilní telefony	Chat (konverzace přes internet)	
Smartphony (tzv. "chytřé" telefony)	Kreativní počítačové programy (využití PC pro tvorbu hudby, grafiky, textu, multimédií)	
Digitální zobrazovací média (datové projektory, multimediální přehrávače)	Elektronické nakupování přes internet	
Navigace GPS	Tablety a jejich využití	
Elektronické bankovníctví s využitím internetu	Sledování internetového videa	
Bezkontaktní platby (novinka - platíte čipem bez PIN do 500 Kč)	Práce s internetovým prohlížečem	
Používání platebních karet	Elektronický podpis	
Email (elektronická pošta)	Digitální fotoaparát	

46. Zvolte tematické okruhy, o kterých máte zájem získat informace a naučit se pracovat s technologiemi pro jejich využití:

Mobilní telefony	Chat (konverzace přes internet)	
Smartphony (tzv. "chytřé" telefony)	Kreativní počítačové programy (využití PC pro tvorbu hudby, grafiky, textu, multimédií)	
Digitální zobrazovací média (datové projektory, multimediální přehrávače)	Elektronické nakupování přes internet	
Navigace GPS	Tablety a jejich využití	
Elektronické bankovníctví s využitím internetu	Sledování internetového videa	
Bezkontaktní platby (novinka - platíte čipem bez PIN do 500 Kč)	Práce s internetovým prohlížečem	
Používání platebních karet	Elektronický podpis	
Email (elektronická pošta)	Digitální fotoaparát	

47. Zvolte preferovanou formu předání informací k novým technologiím, které by Vám pomohly se s nimi seznámit:

Manuály pro konkrétní postupy	
Populární publikace vysvětlující princip technologií	
Prezentace a praktická ukázka	
Tematicky zaměřené jednorázové školení	
Série navazujících přednášek - kurz	
Praktické kurzy s možností vyzkoušení	
Individuální přístup	